METODE BERMAIN PERAN DENGAN TEKNIK *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Magister Psikologi

Disusun Oleh:

Nisa Kurniati
NIM 201710440211033

DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Juni 2019

METODE BERMAIN PERAN DENGAN TEKNIK *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA

NISA KURNIATI
201710440211033

Telah disetujui

Pada hari / tanggal, Senin / 24 Juni 2019

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Dr. Diah Karmiyati, M.Si	**Dr. Djudiyah, M.Si**

Direktur Program Pascasarjana	Ketua Program Studi Magister Psikologi
Alfansyurdin'am, Ph.D	**Dr. Iswinarti, M.Si**

TESIS

NISA KURNIATI
201710440211033

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada hari / tanggal, Senin / 24 Juni 2019

Dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

Memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana

Universitas Muhammadiyah Malang

Susunan Dewan Penguji

Ketua / Penguji	**: Dr. Diah Karmiyati, M.Si**
Sekertaris / Penguji	**: Dr. Djudiyah, M.Si**
Penguji	**: Dr. Iswinarti, M.Si**
Penguji	**: Dr. Rr Siti Suminarti Fasikhah, M.Si**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya:

Nama : **NISA KURNIATI**

NIM : **201710440211033**

Program Studi : **Magister Psikologi Sains**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. TESIS dengan judul : **METODE BERMAIN PERAN DENGAN TEKNIK *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA** adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak ada terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 27 Juni 2019

Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL 9C11BAFF707795278 6000 ENAM RIBU RUPIAH

NISA KURNIATI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah SWT atas pertolongannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan tesis dengan judul "**Metode Bermain Peran dengan Teknik *Outbound* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa",** sebagai syarat meraih gelar Magister Psikologi Sains (M.Si) pada program studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang meskipun terdapat banyak kekurangan.

Proses penulisan tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Fauzan, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang
2. Bapak Akhsanul In'am, Ph.D. selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Dr. Iswinarti M.Si. selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus sebagai dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan terhadap tesis ini.
4. Ibu Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing pertama atas segala bimbingan, motivasi dan pencerahan dalam penulisan tesis ini.
5. Ibu Dr. Djudiyah, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua atas segala bimbingan, masukan, motivasi dan semangat dalam penulisan tesis ini.
6. Ibu Dr. Rr Siti Suminarti Fasikhah, M.Si. selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan terhadap tesis ini.
7. Bapak Adi selaku kepala bagian kesiswaan SMK PGRI 3 Malang dan partisipan yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan *tryout* modul kepada siswa, Ibu guru BK dan Partisipan dari MA Muhammadiyah 1 Malang atas bantuannya dalam pengambilan data dan pelaksanaan pelatihan selama dilapangan.
8. Bapak Ibu Dosen dan teman-teman Magister Psikologi Sains, khususnya kelas A angkatan 2017.

9. Orang tua, suami, anak-anak saya tercinta Edlyn Pratama Wijaya dan Aif Asvathama Wijaya dan keluarga yang telah meridhoi dan memberikan dukungan, doa serta semangat bagi penulis.
10. Fitri Atikasari, Fathul Hidayah, Firhani Lestaluhu, Fuad Ardiansyah, Nuligar Hatiningsih, Silfiasari yang telah yang menginspirasi dan memotivasi penulis, serta berbagi semangat dan dukungan dalam menempuh dan menyelesaikan studi S2.
11. Teman-teman Magister Psikologi Sains Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2017 yang telah banyak meluangkan waktu, berbagi ilmu, semangat dan doa.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis dalam penulisan Tesis ini.

Dalam penulisan Tesis ini, penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu untuk memberikan kesempurnaan penulisan Tesis, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Penulis berharap Tesis ini dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan khususnya pada aktivis akademik.

Malang, 27 Juni 2019
Penulis,

Nisa Kurniati

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

METODE BERMAIN PERAN DENGAN TEKNIK *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA

Nisa Kurniati
201710440211033
nisakurniati80@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku asertif perlu dimiliki individu yang memiliki banyak peran dalam kehidupannya, baik sebagai siswa, anggota organisasi dan anggota masyarakat. Perilaku asertif dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk berbicara dan mengemukakan pendapatnya tanpa mengganggu hak dan menyakiti orang lain. Untuk meningkatkan perilaku asertif dapat dilakukan dengan metode bermain peran dengan teknik *outbound.* Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan efektifitas metode bermain peran dengan teknik *outbound* dalam meningkatkan perilaku asertif siswa. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *pre-post test control group design..* Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI MA Muhammadiyah Malang sebanyak 40 siswa. Instrumen yang digunakan adalah skala *College Self-Expression Scale (CSES)* untuk mengukur perilaku asertif. Analisis data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney* menemukan bahwa perilaku asertif siswa mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi berupa bermain peran dengan teknik *outbound* didapatkan hasil (Z = -3,238, p=0.001)

Kata Kunci: Metode *role play*, perilaku asertif, siswa

THE EFFECTIVENESS OF ROLE PLAY METHOD USING OUTBOUND TECHNIQUE TO INCREASE STUDENTS' ASSERTIVE BEHAVIOR

Nisa Kurniati
201710440211033
nisakurniati80@gmail.com

Abstract: Assertiveness is should be owned by an individual, especially the student, organization member, and community member. Assertive behavior is defined as an individual behavior to develop speaking and expressing opinion skills without violating others' rights and hurting people. To increase the assertiveness, the researcher suggested implementing Role Play Method using Outbound Technique. The purpose of the study is to prove the effectiveness of Role Play Method using outbound technique to enhance students' assertive behavior. This study applies experimental design which is consisted of pre- and post-test; and control group design. The subjects involved are 40 eleventh grade students of MA Muhammadiyah Malang. The data were analyzed by means of College Self-Expression Scale (CSES) to measure assertive level. Meanwhile, the data were analyzed by using Wilcoxon and Mann Whitney to examine whether there is an increase after conducting intervention in form of role play using outbound technique (Z=-3.238, p=0.001).

Keywords: *role play method*, assertive behavior, student

LATAR BELAKANG

Pada usia remaja, pergaulan dan interaksi sosial dengan teman sebaya bertambah luas dan kompleks. Salah satu interaksi sosial yang dilakukan remaja adalah dengan berkomunikasi dalam bentuk menyampaikan pendapat dan berdiskusi untuk memecahkan masalah (Papalia & Feldman, 2014). Penyampaian pendapat pada remaja tersebut diharapkan penyampaian pendapat yang dapat dilakukan dengan baik dan berdampak positif pada remaja tersebut tanpa melanggar hak-hak orang lain. Kemampuan penyampaian pendapat seperti ini disebut dengan asertif.

Asertif yaitu mampu dan berani mengatakan pendapat atau nilai diri pada lingkungan untuk menyatakan bahwa individu tidak mau terlibat dalam perilaku–perilaku negatif (Parray & Kumar, 2016). Duckworth dan Mercer (2006) berpendapat bahwa sikap asertif merupakan kemampuan untuk menyatakan pendapat dan mengkomunikasikan perasaan, pikiran, dan keyakinan kita secara terbuka, jujur, tanpa melanggar hak orang lain. Perilaku asertif penting untuk dicapai dan ditingkatkan oleh semua orang termasuk siswa.

Asertif digunakan untuk menggambarkan pola perilaku tertentu atau gaya berkomunikasi dengan orang lain membuat seseorang dapat mengekspresikan pendapat, perasaan, ide, dan kebutuhannya secara terbuka, dengan cara yang benar dan tetap menghormati orang lain (Sons, 2010). Galassi, Delo, Galassi, & Basten (1974) menjelaskan ada tiga aspek asertif yaitu asertif positif, asertif negatif, dan penyangkalan diri. Asertif positif yaitu bagaimana individu dapat mengungkapkan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan dan kesepakatan. Asertif negatif adalah pernyataan termasuk ungkapan perasaan yang dibenarkan seperti marah, perselisihan, ketidakpuasan dan kejengkelan. Sedangkan, penyangkalan diri termasuk meminta maaf secara berlebihan, interaksi berlebihan, kecemasan pribadi, dan perhatian berlebihan untuk perasaan orang lain.

Seseorang yang asertif dapat lebih punya rasa percaya diri, tingkat ketahanan, meningkatkan harga diri, kesejahteraan, kematangan emosi dan kebahagiaan (Hojjat et al., 2015; Ates, 2016; Mahmoud & Hamid, 2013; Agbakwuru & Stella, 2012; Akbari, Mohamadi, & Sadeghi, 2012; Ainiyah, Priyatama, & Setyanto, 2017). Remaja yang asertif cenderung lebih dapat mengurangi perilaku penggunaan zat seperti alkohol atau heroin dan perilaku

seksual beresiko pada remaja (East & Adams, 2002; Semple, Strathdee, Zians, McQuaid, & Patterson, 2011; Vallejo-Medina & Sierra, 2015). Karena perilaku seperti mencoba-coba zat terlarang seperti narkoba biasanya terjadi selama masa remaja, saat perkembangan dimana toleransi lebih rendah dan risiko ketergantungan meningkat (Tomé, Matos, Simões, Diniz, & Camacho, 2012).

Asertivitas bagi remaja merupakan hal yang penting dalam perkembangan interaksi antar manusia untuk menjalin hubungan yang lebih berkualitas dengan orang-orang yang berada dalam lingkungan sosial seperti orang tua, guru, teman dan lain sebagainya (Mahmoud & Hamid, 2013). Sikap asertif dibutuhkan remaja untuk menjalani tugas perkembangannya dengan baik (Shanmugam & Kathyayini, 2017). Individu dengan perilaku asertif memiki suatu pendirian, yaitu menolak permintaan yang berkaitan dengan hal negatif berdiri untuk hak-hak sosial sah mereka. Individu dapat menolak dengan tegas terhadap hal negatif yang dapat mempengaruhi kehidupan sosialnya seperti mengabaikan kekuasaan yang otoriter dan bertindak tegas untuk tidak bergabung dalam kelompok yang cenderung tidak baik. Namun, individu tersebut juga mampu untuk memberikan ekspresi mengenai rasa yang positif seperti perasaan cinta dan rasa kagum dengan baik (Chibuike, Chimezie, Ogbuinya & Omeje, 2013).

Seseorang bisa menjadi asertif adalah ketika orang tersebut dapat belajar untuk bisa menyesuaikan perilakunya ketika berada di antara orang lain seperti dengan orang tua, guru dan lingkungan pertemanan (Williams, 2001). Terdapat beberapa cara yang dapat meningkatkan perilaku asertif seseorang, salah satunya adalah dengan pelatihan asertif dimana tidak hanya dapat di terapkan kepada individu yang normal namun juga dapat dilakukan pada remaja yang mengalami gangguan pendengaran, dengan pelatihan asertif dapat menurunkan tingkat kecemasan sosial (Ahmadi, Daramadi, Asadi Samani, Givtaj & Sani, 2017). Pelatihan asertif juga efektif jika dilakukan untuk meningkatkan perilaku asertif (Keliat, Tololiu, Daulima, & Erawati, 2015).

Remaja yang memiliki sikap asertif cenderung tahu dan memahami apa yang baik maupun yang tidak untuk dirinya, sehingga dalam pergaulan seringkali menemukan dan mengalami hal – hal yang bersifat negatif dan merugikan seperti perilaku seks bebas dikalangan remaja. Dengan bersikap asertif remaja dapat

bersikap tegas menolak perilaku yang merugikan tersebut (Marini, Yurliani & Kemala, 2017).

Remaja yang tidak mampu bersikap asertif menjadi mudah terpengaruh terhadap hal-hal negatif seperti agresi (Khademi & Mehrabi, 2015), tawuran (Basri, 2014), penggunaan narkoba dan perilaku seks bebas (Semple, et al., 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Abdulkarim, Zainul, & Maryani (2014) menyatakan bahwa ketidakmampuan pribadi remaja untuk bersikap asertif menimbulkan peningkatan fenomena kecenderungan kenakalan remaja yang dipengaruhi oleh lingkungan dan media sosial karena lemahnya kepribadian yang dimiliki sehingga remaja tersebut cenderung melakukan sesuatu yang negatif.

Saat ini masih banyak remaja yang memiliki perilaku asertif yang rendah dan menyebabkan berbagai macam permasalahan seperti perilaku menyimpang dan prestasi belajar yang rendah dan seringkali remaja cenderung bersikap agresif alih – alih bersikap asertif (Eliani, Yuniardi, & Masturah, 2018). Salah satu perilaku agresif remaja disampaikan dalam media sosial seperti mengomentari dan menanggapi sebuah postingan dengan cara yang negatif dan agresif meskipun apa yang di sampaikan adalah sesuatu yang benar namun hal tersebut dapat menyakiti orang yang di komentari (Eliani et al., 2018).

Hal ini menunjukkan bersikap asertif itu penting bagi remaja (Saputri, 2017). Berdasarkan pemikiran-pemikiran tersebut maka dapat ditarik benang merah bahwa perlu adanya jalan keluar sebagai upaya untuk mengembangkan perilaku asertif pada remaja. Hubungan sosial yang terjalin di lingkungan sekolah dan diluar sekolah merupakan peran penting dari perilaku asertif. Siswa yang memiliki hubungan sosial yang baik di lingkungan sekolahnya dan memiliki prestasi belajar yang tinggi merupakan potensi dari perilaku asertif yang tinggi (Mahmoud & Hamid, 2013).

Terdapat beberapa metode/intervensi yang sering dan banyak digunakan untuk meningkatkan asertivitas, salah satunya dengan *assertiveness training* (Keliat, et al., 2015). Penelitian Akbari et al (2012) mendapatkan hasil yang cukup signifikan bahwa pelatihan asertif memiliki pengaruh dalam meningkatkan harga diri dan efikasi diri siswa. Pelatihan asertif dapat juga memberikan pengaruh positif pada tingkat harga diri dan perilaku asertif pada diri remaja (Nicholas, Neelakshi,

& Nalini, 2015). Perilaku asertif juga dapat ditingkatkan dengan pelatihan asertif itu sendiri dengan beberapa metode seperti *play therapy* (Mirahmadi & Alamdarloo, 2016) *psychodrama* (Samantaray, Singh, Mohapatra, Amool, & Singh, 2016) *assertive comunication training* (Chan & Rowe, 2014), kohesivitas tim tenaga kependidikan (Noviati & Zipi, 2013).

Salah satu metode yang dapat membantu siswa untuk mempelajari berbagai macam keterampilan (*skill*) seperti keterampilan berkomunikasi, mendengar aktif, keterampilan kelompok, *problem solving*, *skill building* dan pemahaman konseptual adalah melalui metode bermain peran dimana metode ini juga dapat diaplikasikan diberbagai disiplin ilmu (Craciun, 2010). Bermain peran dapat membangun sikap sosial atas hasil pengamatan siswa, menjadikan teguh atas gendernya, bebas mengekspresikan rasa takut dan gembira, memanifestasikan imajinasi, serta mampu bersosialisasi dan bekerja sama dengan baik (Hojjat et al., 2015). Bermain peran memuat unsur interaksi sosial dan emosi antar pemainnya dan menciptakan suasana yang lebih atraktif dan bebas karena dapat dilakukan didalam ruangan dan diluar ruangan dengan suasana *experiental learning* yaitu belajar melalui pengalaman secara langsung (Kolb & Kolb, 2005).

Dengan bermain peran siswa dapat mengelaborasi kreativitasnya, memotivasi siswa memiliki kemampuan simpati terhadap orang lain, meningkatkan ruang pergaulan siswa pada lingkup sosialnya sehingga mampu menstimulasi perilaku asertif siswa. Selain itu, bermain peran dapat berdaya guna mengasah kemampuan kerjasama, jujur serta percaya diri siswa sebagai manifestasi dari perilaku asertif (Erawan, 2014). Menurut Ancok (2002) *Outbound* adalah kegiatan pelatihan di luar ruangan atau di alam terbuka yang menyenangkan dan penuh tantangan. Bentuk kegiatannya dapat berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan kreatif, rekreatif dan edukatif, baik secara individual maupun kelompok, dengan tujuan untuk pengembangan diri *(personal development)* dan kelompok *(team development).* Melalui pelatihan *outbound* diharapkan lahir pribadi-pribadi baru yang penuh motivasi, berani, percaya diri, berpikir kreatif, memiliki rasa kebersamaan, tanggung jawab, kooperatif dan rasa saling percaya.

Menggunakan metode bermain peran dengan teknik *outbound* mampu menstimulasi perkembangan kreativitas siswa, memotivasi siswa memiliki

kemampuan simpati terhadap orang lain, menumbuhkan rasa percaya diri dengan bersosialisasi dengan orang lain melalui kerjasama dan dapat berani mengungkapkan pendapat dengan jujur (Falah, 2014). Dalam metode bermain peran dengan teknik *outbound* dilakukan di luar ruangan dengan mengarahkan siswa untuk menirukan suatu aktivitas dalam hal ini drama atau mendramatisir suatu ide atau karakter khusus dimana terdapat fasilitator yang menyusun dan memfasilitasi permainan peran kemudian ditindaklanjuti dengan diskusi dan refleksi (Risma, 2018). Metode bermain peran dapat membantu individu meningkatkan pemahaman yang lebih baik terhadap diri mereka sendiri, orang lain atau latihan perilaku (Pelima, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Yunaida & Rosita (2018) metode *outbound* digunakan untuk meningkatkan kemandirian dan pengembangan karakter anak

Bermain peran dengan teknik *outbound* dilakukan melalui permainan-permainan yang menstimulasi siswa melakukan sesuatu baik itu secara verbal maupun secara perilaku yang kaitannya untuk meningkatkan perilaku asertif. Metode ini digunakan karena dipandang mampu untuk merangsang siswa dengan terlibat secara langsung dalam sebuah permainan yang membuat mereka menjadi aktif secara verbal sehingga kemampuan untuk berpikir cepat dan berkembangnya imajinasi pada siswa dapat terangsang dengan baik. Dengan metode tersebut, motivasi siswa untuk dapat berbicara di depan kelas dan kemampuan komunikasi yang baik dengan orang lain harapannya dapat ditumbuhkan.

Dari uraian di atas dapat dirumuskan sebuah permasalahan bagaimana pengaruh bermain peran dengan teknik *outbound* dalam meningkatkan perilaku asertif siswa? Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan perilaku asertif siswa dengan efektivitas metode bermain peran dengan teknik *outbound.* Manfaat penelitian ini adalah memberikan informasi serta pemahaman lebih lanjut terkait perilaku asertif pada remaja. Penelitian ini merupakan perwujudan dari peningkatan perilaku asertif pada siswa sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar dan mengurangi kenakalan remaja sebagai akibat dari kurangnya perilaku asertif.

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku Asertif Berdasarkan Perspektif Islam

Islam memiliki tuntunan bagi umatnya salah satunya adalah bagaimana cara berkomunikasi dan berperilaku yang baik dengan menganjurkan untuk selalu berbicara dengan benar, menyampaikan perasaannya dengan baik dan bersikap tegas. Firman Allah SWT dalam Al – Qur'an surat Ali Imran 3:159 yang bermakna bahwa kita sebagai manusia diberikan rahmat oleh Allah SWT jika bisa berperilaku lemah lembut dan jika ada yang bersikap keras dan kasar maafkanlah mereka dan berbicaralah yang baik dengan cara bermusyawarah untuk bisa menyelesaikan masalah tersebut. Hal ini sejalan dengan perilaku asertif yaitu berkomunikasi dengan tepat dan tegas namun tidak mengabaikan hak dan menyakiti orang lain.

Islam sangat menganjurkan sekali untuk setiap pemeluknya bisa berbuat tegas terutama dalam menerapkan perilaku amar ma'ruf nahi mungkar, dimana Allah memerintahkan dalam Al – Qur'an Surat Al Ahzab 33:70 agar bisa berkata benar dan bersikap tegas untuk hal-hal yang dianggap salah atau benar. Bersikap dan berperilaku asertif menjadi hal yang sangat penting dan bermanfaat bagi kehidupan seseorang dimana salah satu aspeknya adalah bersikap percaya diri yang tertuang dalam Al – Qur'an Surat Ali Imran ayat 139 bahwa kita sangat tidak dianjurkan untuk bersikap lemah, bersedih hati dan tidak yakin terhadap diri sendiri.

Aspek lain dalam perilaku asertif adalah bersikap jujur dan hal ini sejalan dengan sikap dan perilaku Rasulullah SAW yang selalu jujur baik dari kata-kata maupun dari perilaku sehingga beliau diberikan gelar al - amin karena beliau orang yang jujur, amanah dan dapat dipercaya. Rasulullah SAW bersabda "Hendaklah kamu berlaku jujur karena kejujuran menuntunmu pada kebenaran, dan kebenaran menuntunmu ke surga. Dan senantiasa seseorang berlaku jujur sehingga dia tercatat disisi Allah SWT sebagai orang yang jujur. Dan hindarilah olehmu berlaku dusta karena kedustaan menuntunmu pada kejahatan, dan kejahatan menuntunmu ke neraka. Dan seseorang senantiasa berlaku dusta dan selalu dusta sehingga dia tercatat di sisi Allah SWT sebagai pendusta." (H.R. Muslim).

Perilaku Asertif dalam Perspektif Behavior

Perilaku asertif muncul dari teori behavioristik dimana teori ini memusatkan sistem pembelajaran dan peran terhadap lingkungan adalah suatu kondisi memaparkan kebiasaan atau tingkah laku untuk dipelajari langsung. Segala jenis tingkah laku seseorang adalah hasil dari pembelajaran melewati metode penguatan. Lingkungan sangat berperan penting untuk menentukan proses berkembangnya tingkah laku seseorang melalui proses pembelajaran (Bandura, 1997). Perilaku remaja dalam perspektif teori belajar meyakini bahwa lingkungan keluarga dan kelompok sosial memberikan pengaruh yang besar pada perkembangan pola perilaku positif maupun negatif pada remaja.

Bandura (1995) berpendapat bahwa pokok-pokok belajar mampu menjelaskan dan memprediksi segala bentuk dan perubahan tingkah laku. Bandura menjelaskan bahwa individu berfikir, berakal, mencerminkan, mempersiapkan, mengangankan, mengintrepretasikan, memercayai, memperhitungkan dan melakukan perbandingan. Menurut (Bandura, 1997) individu dapat menata diri sehingga individu dapat mengendalikan lingkungannya sendiri melainkan dibentuk oleh lingkungannya.

Teori belajar sosial Bandura menerangkan bahwa kebiasaan atau tingkah laku seseorang dalam segi interaksi antar kedua belah sisi yang berkelanjutan antara tingkah laku, faktor lingkungan dan kognitif karena tingkah laku, pembentukan pengembangan dan perubahannya dapat dilakukan melalui prinsip pembelajaran. Teori pembelajaran sosial (*social learning theory*) dari Bandura didasarkan pada *reciprocal determinism* (konsep yang saling menentukan), *Beyond Reinforcement* (tanpa penguatan), dan *self-regulation and cognition* (pengaturan diri dan kognisi). Teori ini menjelaskan mengenai hubungan antara tingkah laku, kognitif, dan lingkungan berperan penting dalam pembelajaran dimana seseorang berada. Menurut teori belajar sosial, ketiga aspek ini saling mempengaruhi dalam membentuk sikap seseorang.

Lingkungan memberikan pengarahan terhadap perilaku seseorang dengan memberikan konsekuensi pada setiap perilaku yang dilakukan. Kognitif dan persepsi yang dimiliki oleh seseorang merupakan faktor yang menjadi suatu acuan bagi seseorang dalam membentuk perilaku dengan kesadaran akan konsekuensi

yang akan diakibatkan dari perilakunya tersebut. Tingkah laku seseorang merupakan dasar pengarahan lingkungan terhadap perilaku yang dapat diterima atau tidak oleh lingkungan. Bandura mengasumsikan bahwa pada dasarnya perilaku ditentukan oleh lingkungan dan dapat dipelajari dengan membentuk asosiasi berupa kebiasaan, refleksi, atau hubungan antara respon dengan penguatan sosial (Bandura, 1997).

Perilaku Asertif

Asertif adalah kemampuan untuk mengekspresikan pendapat, perasaan, ide, dan kebutuhan secara terbuka, dengan cara yang benar dan menghormati orang lain. Hal ini melibatkan berdiri untuk diri sendiri dengan cara yang mendorong percakapan daripada pembelaan diri (Sons, 2010). Sons (2010) menyatakan seseorang yang gagal bersikap asertif dapat membuat dirinya merasa tidak nyaman dalam situasi sosial, kesal terhadap orang lain, dan juga dapat menyebabkan gejala-gejala fisik yang berhubungan dengan stres seperti sakit kepala, kecemasan dan kelelahan.

Asertif menurut Alwan dan Reeve (2005) adalah kemampuan mengekspresikan pendapat dan perasaannya dengan cara tetap menghormati hak orang lain. Ini adalah cara berhubungan dengan orang lain dengan sikap positif, menghormati diri sendiri dan orang lain dan percaya *'saya penting dan Anda juga'*. Asertif bukan tentang menjadi agresif atau selalu mendapatkan apa yang di inginkan dengan cara memaksa namun ini adalah tentang membela diri sendiri secara konstruktif. Galassi et al., (1974) menjelaskan tiga aspek yang terdapat dalam perilaku asertif yaitu ketegasan positif, ketegasan negatif dan penyangkalan diri. Ketegasan positif yaitu bagaimana individu dapat mengungkapkan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan dan kesepakatan. ketegasan negatif adalah pernyataan termasuk ungkapan perasaan yang dibenarkan seperti marah, perselisihan, ketidakpuasan dan kejengkelan. Sedangkan, penyangkalan diri termasuk meminta maaf secara berlebihan, interaksi berlebihan, kecemasan pribadi, dan perhatian berlebihan untuk perasaan orang lain.

Banyak orang yang sulit sekali bersikap asertif terutama remaja dan hal ini dapat menyebabkan seseorang menjadi depresi karena merasa tidak berdaya tanpa

kendali atas hidup diri sendiri, merasakan kebencian dengan marah pada orang lain karena mengambil keuntungan dari diri, merasakan frustrasi karena membiarkan hal tersebut terjadi, merasakan emosi yang negatif karena tidak bisa mengungkapkan kemarahan dengan tepat, individu dapat membangun untuk melampiaskan amarah, mengalami kecemasan karena ketika menghindari situasi tertentu yang membuat merasa tidak nyaman dan oleh karena itu individu mungkin kehilangan kegiatan, peluang kerja, dan hal – hal yang lainnya, mengalami kesulitan hubungan di sebabkan oleh tidak dapat saling menceritakan apa yang mereka inginkan dan butuhkan atau bagaimana orang lain mempengaruhi mereka, serta terkait dengan masalah stres yang dapat berdampak negatif pada tubuh, dan asertif dapat menjadi cara yang baik untuk mengelola stres (Alwan & Reeve, 2005).

Hal-hal yang dimiliki oleh individu yang asertif dapat berupa: yang pertama yaitu *Expressive,* yang berarti Individu bebas mengutarakan pikiran, perasaan, dan keinginan dengan tidak terhalang apapun, serta dapat menyesuaikan perilaku pada kondisi dan situasi. Yang kedua yaitu *Persistent,* yang berarti Individu bebas melakukan pertahanan diri dalam keadaan terancam, serta dapat memilih untuk tidak mengikuti pengaruh dan paksaan dari pihak manapun. Yang ketiga yaitu *Openhearted,* yang berarti individu bebas terbuka terhadap berbagai macam pikiran dan pendapat dengan orang lain (Alberti & Emmons, 2002).

Penelitian Sarkova, et al., (2013) dan Baker & Jeske (2015) menunjukkan bahwa asertif memiliki dua fungsi, yaitu fungsi untuk menjaga keharmonisan psikologi secara internal dan untuk menjaga keharmonisan relasi sosial dengan orang lain. Asertif merupakan kemampuan seseorang untuk mengekspresikan pandangan-pandangan pada diri dengan bebas menyatakan keinginan dan perasaan diri sendiri secara jujur dan spontan tanpa ada paksaan dalam diri dan kerugian pada orang lain. Asertif dalam perspektif pendidikan merupakan ranah yang membahas keterampilan sosial yang berupa kerja sama, tanggung jawab, dan kontrol diri (Sivin-kachala, Ed, & Bialo, 2009).

Dengan demikian, perilaku asertif merupakan kemampuan Individu dalam mengekspresikan hak dan kebutuhan diri secara positif dan konstruktif tanpa merugikan hak orang lain. Seseorang dengan perilaku asertif memiliki hubungan yang positif, tumbuh rasa hormat terhadap dirinya dari orang lain dengan

komunikasi yang terjalin baik, lebih terbuka, dan jujur. Perilaku asertif menumbuhkan individu yang dapat menjaga komunikasi dengan baik, jujur, memilik pengendalian diri, dan memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara tepat (Connelly & Rotella, 1991).

Bermain Peran dengan Teknik *Outbound*

Pengalaman merupakan sarana belajar sebagai bagian dari proses perubahan kepribadian dan tingkah laku dalam individu, sedangkan belajar merupakan kegiatan yang didapat dari kebiasaan, *modelling* serta ketekunan pada sesuatu yang digemari atau bermain (Prayitno, 1995). Pengalaman dapat menentukan cara berinteraksi suatu Individu dengan orang lain dan terbentuknya pola interaksi individu tergantung pada pengalaman yang disesuaikan dengan kondisi dan perilaku yang diinginkan. Pengalaman yang diharapkan tersebut bisa dialami secara langsung maupun dengan cara di *setting* sendiri seperti bermain peran atau sosiodrama (Erawan, 2014).

Bermain adalah unsur yang penting untuk perkembangan siswa baik fisik, emosi, mental, intelektual, kreativitas dan sosial. Dalam kegiatan bermain tidak mempunyai peraturan kecuali peraturan yang ditetapkan pemain sendiri, bermain merupakan aktivitas yang penting bagi perkembangan dan pertumbuhan sehingga seseorang dapat berkembang dan tumbuh dengan sehat (Soetjiningsih, 1998). Aktivitas bermain peran erat kaitannya dengan metode pembelajaran yang disebut dengan *experiental learning. Experiental learning* merupakan pendekatan dalam belajar dimana partisipan terlihat dalam aktivitas dan merefleksikannya secara aktif guna memperoleh pemahaman dan pembelajaran yang bermanfaat bagi individu yang belajar (Young, Whoehl, & Schanbow, 2009). Ada dua hal penting dalam *experiental learning* yaitu ; 1) pelibatan peserta dalam aktivitas yang kongkrit sehingga mereka benar-benar mengalami apa yang mereka pelajari (pengalaman struktrur yang disimulasikan seperti permainan), 2) kesempatan untuk merefleksikan aktivitas yang mereka alami.

Hamalik (1992) menjelaskan ada 3 pola dalam bermain peran yaitu ; 1) bermain tunggal (*single role play)* siswa bertindak sebagai pengamat terhadap permainan yang sedang ditunjukkan. 2) bermain peran jamak (*multiple role play*)

disini para siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dengan banyak anggota sama dan penentuannya disesuaikan dengan banyaknya peran yang dibutuhkan. 3) Peranan ulang (*role play repetition*) peranan utama dalam suatu drama atau simulasi dapat dilakukan oleh setiap siswa secara bergilir.

Bermain peran dapat dilakukan dengan banyak metode, salah satunya yaitu *outbound* yang dilakukan pada tempat terbuka. Metode ini dinilai dapat memberikan peran serta yang positif pada kesuksesan belajar. *Outbound* bertujuan untuk meningkatkan hubungan sosial pada anak, membentuk konsep diri pada anak dengan lebih baik, meningkatkan kemampuan diri dan perkembangan wawasan kreatif, meningkatkan peran aktif dan keberanian diri, mengoptimalkan kekuatan jasmani, serta mengembangkan kemampuan pada anak dalam bekerjasama, kesetiakawanan dan kepemimpinan (Moeslichatoen, 1999).

Outbound merupakan metode dalam kegiatan belajar dengan basis pengalaman. Metode *outbound* memberikan kegiatan yang dapat menjadi pengalaman langsung kepada siswa. Siswa dapat langsung merasakan kesuksesan atau kegagalan melakukan tugas seperti bermain peran, karena siswa mengambil peran langsung secara kognitif, afektif dan psikomotorik. Sehingga, *outbound* merupakan metode untuk mengoptimalkan proses belajar dan berlatih agar dapat menumbuhkan atau meningkatkan suatu keterampilan pada siswa yang dilakukan di alam terbuka (Ancok, 2002). Kegiatan *Outbound* dapat berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan kreatif, rekreatif dan edukatif, baik secara individual maupun kelompok, dengan tujuan untuk pengembangan diri dan kelompok. Melalui pelatihan *outbound* diharapkan lahir pribadi-pribadi baru yang penuh motivasi, berani, percaya diri, berpikir kreatif, memiliki rasa kebersamaan, tanggung jawab, kooperatif dan rasa saling percaya (Asti, 2009).

Sisi menarik dari metode bermain peran dengan teknik *outbound* yaitu penggunaan sarana bermain sebagai bagian dari pembelajarannya. Dalam kegiatan bermain, anak dituntut untuk berusaha berpikir cermat dan memiliki kepekaan terhadap lingkungan sosialnya. Metode bermain peran dengan teknik *outbound* tidak menutup kemungkinan bagi peserta dalam kegiatan terjadi adanya kontak fisik dengan lingkungan alam yang terbuka sehingga diharapkan dapat menimbulkan kemampuan dan watak serta visi kepemimpinan yang mengandung

nilai-nilai kejujuran, keterbukaan, toleransi, kepekaan yang mendalam, kecerdasan serta rasa kebersamaan dalam membangun hubungan sosial yang serasi dan dinamis (Pelima, 2014).

Dari hasil penelitian dan percobaan yang dilakukan oleh para ahli menunjukkan bahwa bermain peran merupakan salah satu model yang dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran (Kamerade, 2011). Metode bermain peran dengan teknik *outbond* bertujuan agar dalam proses intervensi yang dilakukan dapat memiliki suasana yang menyenangkan sehingga siswa dapat lebih aktif dan mengksplorasi kemampuannya dalam bermain peran

Bermain Peran dengan Teknik *Outbound* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif

Melihat perilaku asertif memiliki pengaruh besar pada remaja, sehingga dibutuhkan suatu metode atau teknik untuk menumbuh kembangkan perilaku asertif salah satunya yaitu bermain peran melalui tehnik *outbound.* Dengan memakai metode bermain peran sebagai bentuk perlakuan diharapkan remaja mampu mempunyai perilaku asertif yang berdaya guna sesuai aspekitu *expressive, persistent* serta *openheart* (Satiningsih, 2013).

Menurut Ancok (2002) *outbound* merupakan salah satu program belajar di alam terbuka yang berpegang pada aspek *experiential learning* (belajar melalui pengalaman langsung) dan diberikan berupa diskusi, permainan, petualangan maupun simulasi sebagai bentuk penyampaian materi. Artinya, pada program *outbond* tersebut siswa dilibatkan sepenuhnya secara aktif dalam kegiatan yang dilakukan. Dengan terlibat langsung pada aktivitas *(learning by doing)* siswa memperoleh timbal balik terkait dampak dari kegiatan tersebut, sehingga bisa diambil pelajaran sebagai bahan untuk mengembangkan potensi diri setiap siswa. Hal tersebut juga bisa diartikan sebagai pengalaman yang didapat dari proses belajar *(experiental learning)* dengan keseluruhan panca indera yang digunakan *(global learning)* terasa rumit dan mempunyai kemampuan karena situasi yang "memaksa" siswa menunjukan respon impulsif yang melibatkan emosi, kecerdasan dan fisik oleh karena itu secara langsung siswa mampu memahami diri pribadinya dan orang di sekitar dengan lebih baik.

Bermain peran sebagai salah satu metode dalam membimbing kelompok, melibatkan pembagian peran yang dilengkapi dengan adanya konflik-konflik individu dan sosial yang dipaparkan, dalam bermain peran yang dipelajari adalah karakter, masalah, dan cara mengatasi masalah-masalah itu. Untuk menggali karakter diperlukan pembelajaran lebih lanjut, sehingga dapat diketahui bentuk konflik individu yang berperilaku asertif rendah dalam kehidupan sosial serta bagaimana cara mengatasi masalahnya (Kellermann, 1998).

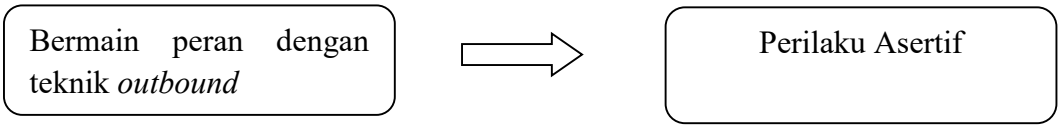
Menurut Erawan (2014) bermain peran merupakan salah satu cara dalam membimbing dan memberikan kesempatan pada murid untuk mengekspresikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang seperti pada hubungan sosial setiap hari di lingkungan masyarakat. Bermain peran dapat menjadi salah satu bentuk pendekatan untuk meningkatkan sikap asertif, siswa akan merasakan perbedaan ketika bersikap asertif dan tidak. Dalam bermain peran siswa akan mencoba memerankan tokoh dengan sikap asertif dan tokoh yang tidak bersikap asertif. Pelatihan secara konstan akan menimbulkan perasaan nyaman pada siswa ketika mereka bersikap asertif dan rasa rugi ketika mereka tidak mampu bersikap asertif.

Menggunakan bermain peran dengan teknik *outbound* juga mampu menumbuhkembangkan kreativitas siswa, memotivasi siswa memiliki kemampuan simpati terhadap orang lain, meningkatkan ruang pergaulan siswa sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa dengan melatih siswa bekerjasama, berani mengungkapkan pendapat dan jujur sebagai implementasi dari perilaku asertif. Sebab itu, bermain peran mampu menstimulasi pribadi siswa agar mampu berperilaku aserif.

Dengan semua tahapan yang dilakukan dalam bermain peran dengan teknik *outbound* diharapkan agar siswa memiliki rasa keberanian dalam melakukan interaksi dan komunikasi. Melakukan komunikasi dan berbicara merupakan hal penting dalam melalui kehidupan bermasyarakat. Melakukan komunikasi serta interaksi sosial adalah bentuk perilaku asertif (Giyono, Turina, & Rahmayanthi, 2015).

Kerangka Berpikir

Gambar 1 berikut menyajikan kerangka berpikir hubungan antar variabel pada penelitian ini:



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh metode bermain peran dengan teknik *outbound* terhadap perilaku asertif siswa

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *experiment* dengan skema penelitian yakni *pre-post test control group design.* Pada skema ini berisi dua kelompok dan dibentuk secara acak, selanjutnya diberikan *pre-test* agar diketahui kondisi awal terkait variasi antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dan selanjutnya diberi *post-test* agar diketahui ada atau tidaknya pengaruh pemberian perlakuan (Creswell, 2009; Latipun, 2015; Sugiyono, 2011). Pengaruh bermain peran dengan teknik *outbound* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa di lihat dari perbedaan antara *pretest-posttest* terhadap kelompok eksperiment dan kontrol. Desain eksperiment dapat digambarkan sebagai berikut :

Tabel 1. Desain Penelitian

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Eksperimen	Y1	X	Y2
Kontrol	Y1	-	Y2

Keterangan :

Y1 : Pemberian skala asertif pertama *(pretest)*

Y2 : Pemberian skala asertif kedua *(posttest)*

X : Perlakuan intervensi bermain peran dengan teknik *Outbound*

- : Tidak diberi perlakuan

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode bermain peran dengan teknik *outbound* untuk dijadikan metode intervensi dalam penelitian untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa.

Subjek Penelitian

Penelitian ini memiliki subjek siswa kelas XI MA Muhammadiyah Malang yang berjumlah 40 siswa yang dibagi menjadi 2 kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kemudian mengukur perilaku 40 siswa dengan skala asertif. Setelah di dapatkan data *pre-test*, dilakukan analisa data menggunakan norma kelompok, kemudian diperoleh skor rendah, sedang dan tinggi. Selanjutnya peneliti membagi 20 siswa kedalam kelompok eksperimen dan 20 siswa kedalam kelompok kontrol. Rentang usia subjek dalam penelitian ini antara usia 16-18 tahun. Secara rinci karakteristik subjek dapat dilihat pada tabel 1 :

Tabel 2. Deskripsi subjek penelitian (N=40)

Karakteristik	F	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	45
Perempuan	22	55
Usia		
16	16	40
17	17	42,5
18	7	17,5

Instrumen dan Prosedur Pengumpulan Data

Data penelitian kali ini diperoleh dari *instrument* penelitian menggunakan skala. Pengukuran dilakukan dengan mengumpulkan skor hasil skala dari perilaku asertif pada siswa ketika *pre-test* dan *post-test* saat intervensi intervensi. Skala yang digunakan sendiri yakni *College Self-Expression Scale (CSES)* yang disusun oleh Galassi, Delo, Galassi, & Basten (1974). Skala *CSES* memiliki beberapa aspek yang diukur diantaranya adalah mengukur ketegasan positif, ketegasan negatif dan penyangkalan diri dengan jumlah item keseluruhan sebanyak 20 item. Model yang digunakan adalah skala Likert dimana terdapat lima kategori jawaban pada masing-masing item. Jumlah nilai dihitung dengan cara menjumlahkan seluruh nilai yang diperoleh untuk masing-masing kategori (Seligman, Steen, Park, & Peterson,

2005). Hasil analisis item skala perilaku asertif berdasarkan batasan memiliki 20 item dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,881.

Prosedur Penelitian

Peneliti awalnya meminta ijin dan melakukan uji coba modul metode bermain peran dengan teknik *outbound* SMK PGRI 3 Malang kepada 10 subjek dibantu dengan beberapa teman fasilitator. Setelah dianalisa dan layak pakai kemudian peneliti mengurus ijin, menjadwalkan dan melaksanakan penelitian di MA Muhammadiyah Malang. Ditahap awal peneliti memberikan skala *pretest* kepada 40 siswa, kemudian dianalisis dan dibagi menjadi 20 kelompok eksperimen dan 20 kelompok kontrol. Selanjutnya 20 subjek eksperimen diberikan intervensi berupa bermain peran dengan teknik *outbound* yang berlokasi dicoban putri batu dengan dibantu oleh teman-teman fasilitator dan guru pendamping. Setelah itu peneliti memberikan skala *posttest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dan selanjutnya dianalisis.

Prosedur Bermain Peran dengan Teknik *Outbound*

Tahapan penelitian yang dilakukan berupa :

1. *Tryout* modul serta skala *College Self-Expression Scale (CSES),* modul di*tryout*kan pada 10 subjek dan skala *College Self-Expression Scale (CSES)* pada 82 siswa, dari 50 item menjadi 20 item yang dapat digunakan untuk mengukur perilaku asertif siswa.
2. Pada awal penentuan subjek dari 40 subjek diberikan skala perilaku asertif, kemudian hasil pengisian skala yang diberikan dianalisis dan dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Kemudian 20 siswa yang dalam kategori sedang di ambil 20 orang yang masuk dalam kelompok eksperimen dan 20 orang pada kategori rendah dan tinggi masuk dikelompok kontrol.
3. Partisipan penelitian dibagi menjadi 2 kelompok berisi 20 orang kelompok eksperimen dan 20 orang kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan yakni bermain peran dengan teknik *outbound* yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku asertif subjek. Sedangkan kelompok

kontrol diberikan permainan-permainan yang bersifat *fun outbound* yang setiap sesinya tidak ada proses *feedback* maupun *review*.

4. Proses intervensi dibagi menjadi 4 sesi yang diawali dengan pembukaan yaitu perkenalan trainer, penjelasan kegiatan dan mendiskusikan peraturan. Pembukaan dilakukan dengan fasilitator mengajak siswa untuk duduk melingkar, fasilitator berdiri ditengah-tengah siswa dengan mengajak siswa berdo'a bersama kemudian secara acak fasilitator melempar bola menunjuk peserta untuk memperkenalkan identitas diri mereka seperti nama, usia, tokoh yang diidolakan serta hal-hal pribadi lainnya yang dipandang perlu.
5. Sesi selanjutnya masuk ke intervensi yaitu bermain peran dengan teknik *outbound.* Permainan 1 dinamakan "lingkaran aksi" dengan tujuan siswa diberikan kesempatan untuk mempraktekkan keterampilan komunikasi asertif, mampu membela diri atau mempertahankan diri dalam peran yang dimainkan dan mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman. "Lingkaran aksi" dilakukan dengan peserta membentuk lingkaran dan memerankan dan mempraktekkan isi dari kartu aksi yang di berikan oleh fasilitator. Permainan 2 yaitu "*Mirror*" bertujuan agar siswa dapat memunculkan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman dan penerimaan, dan hal-hal yang terkait dengan aspek asertif yaitu ketegasan positif. Permainan ini dilakukan secara berkelompok, setiap kelompok bertugas mencari benda disekitarnya, setelah menemukan benda setiap kelompok menceritakan benda yang didapatnya secara bergantian Selanjutnya kelompok yang mendengarkan akan memerankan dan menirukan kembali sesuai dengan yang sudah diceritakan oleh kelompok pertama demikian juga sebaliknya kelompok pertama akan memerankan dan menirukan kembali cerita yang disampaikan oleh kelompok kedua. Permainan 3 *"Survival"* bertujuan agar peserta dapat mengekspresikan perilaku asertif, menerapkan peran sesuai dengan karakter dan memunculkan komunikasi asertif secara alami. Permainan ini dibagi dalam 5 kartu karakter dan peserta secara acak akan memainkan peran sesuai dengan kartu yang didapat, karakter yang dimainkan adalah karakter 1 yaitu "perhatian", karakter 2 yaitu "Pemarah" karakter 3 yaitu "Ceria", karakter 4 yaitu "Cerdas, dan Karakter 5 yaitu "Kreatif". Permainan keempat *"Student Story*" bertujuan

mengembangkan keterampilan interpersonal dan keterampilan komunikasi, resolusi konflik, pengembilan keputusan kelompok.

6. Diakhir setiap sesi dan permainan akan di diskusikan dan diberikan *feedback* terkait permainan yang sudah dilakukan.
7. Setelah semua sesi selesai semua siswa berkumpul dan dilakukan *review* dari seluruh kegiatan dan siswa memberikan pendapat dan kesannya terkait kegiatan yang sudah dilakukan serta pelajaran apa yang dapat mereka ambil dari setiap sesi permainan yang sudah dilakukan.
8. Peneliti kemudian menjelaskan tujuan dilakukannya kegiatan dan memberikan materi dan pemahaman apa itu perilaku asertif, pentingnya berperilaku asertif bagi remaja dan bagaimana caranya bisa berperilaku asertif.
9. Terakhir diberikan skala *posttest* untuk siswa dan di lanjutkan dengan penutup.

Analisis Data

Selanjutnya yakni proses analisis data. Seluruh data yang didapatkan dari *pre-test* dan *post-test* diinput ke *excel* kemudian diolah dengan menggunakan SPSS *for windows versi 21* dengan analisis *Mann Whitney Test* dan *Wilcoxon Test* yaitu melakukan perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* subjek untuk mengetahui penerapan metode intervensi ini terdapat peningkatan atau tidak terdapat pada perilaku asertif dan melihat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. (Sugiyono, 2011). Setelah itu peneliti mengambil kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

HASIL PENELITIAN

Uji Coba

Proses uji coba dilakukan pada siswa SMK PGRI 3 Malang dengan jumlah peserta 10 orang yang terdiri dari 5 orang laki – laki dan 5 orang perempuan. Tujuan dari uji coba adalah untuk mengetahui kelayakan dan efektifitas modul yang disusun.

Hasil Uji Coba

Hasil uji coba yang dilakukan terlihat dari antusias dan semangat dari peserta yang mengikuti kegiatan dari awal sampai dengan berakhirnya kegiatan. Hasil yang

didapat dari uji coba modul ini adalah dengan cara observasi yang di susun dalam laporan hasil uji coba modul (laporan uji coba modul terlampir).

Deskripsi Data Penelitian

Subjek pada penelitian ini berjumlah 40 orang yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 20 orang kelompok eksperimen dan 20 orang kelompok kontrol. Rentang usia dari 40 subjek penelitian adalah 16 – 18 tahun. Karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Hasil Analisis

Analisis data yang dilakukan adalah analisis non parametrik karena distribusi data yang tidak normal. Analisis non parametrik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk melihat perbedaan *pretest* dan *posttest* perilaku asertif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sementara uji *Mann Whitney* digunakan untuk melihat perbedaaan skor perilaku asertif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis data bertujuan untuk mengetahui perbedaan *mean* perilaku asertif sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen, serta untuk mengetahui perbedaan tingkat perilaku asertif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Berdasarkan teknik pengambilan subjek menggunakan *purposive sampling,* dimana siswa dengan karakteristik yang sudah ditentukan sebelumnya akan diambil menjadi subjek yang akan mengikuti alur dalam penelitian ini, kemudian subjek yang telah sesuai dengan kriteria akan dibagi lagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data dari kedua kelompok ini akan disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 3. Karakteristik Subjek Penelitian

	Kategori	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Usia		16-18 tahun	16-18 tahun
Jenis kelamin	Laki-laki	10 orang	8 orang
	Perempuan	10 orang	12 orang
Rata-rata skor *pretest* skala asertif		60,15	58,35

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil *pretest* dari kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kategori sedang berdasarkan penormaan kelompok dari skala asertif. Kelompok eksperimen terdapat 10 orang laki-laki dan 10 orang perempuan, sedangkan pada kelompok kontrol terdapat 8 orang laki-laki dan 12 orang perempuan. Kedua kelompok memiliki rata-rata skor *pretest* yang sama yaitu berada pada kategori sedang. Kategori tersebut ditentukan berdasarkan tanggapan subjek terhadap skala asertif yaitu dengan nilai *mean* dan *sandart deviation*, dengan kriteria kategorisasi berdasarkan pedoman yang dibawah ini :

Tabel 4. Kategori Skala Perilaku Asertif

Kategorisasi		Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 46.7$	4	10 %
Sedang	$46.7 \leq X < 73.3$	32	80 %
Tinggi	$73.3 \leq X$	4	10 %
Jumlah		40 orang	100 %

Berdasarkan tabel 4 kategorisasi di atas menunjukkan bahwa perilaku asertif subjek secara keseluruhan cenderung sedang. Subjek yang berada pada kategori rendah sebanyak 4 orang (10 %), subjek pada kategori sedang sebanyak 32 orang (80 %), subjek yang berada pada kategori tinggi sebanyak 4 orang (10%), maka dapat diartikan bahwa subjek pada penelitian ini masuk pada kategori sedang.

Setelah melihat hasil *pretest* dari kedua kelompok, kemudian peneliti melakukan uji terhadap kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol yaitu uji *Mann Whitney* untuk melihat kesetaraan kedua kelompok tersebut.

Tabel 5. Uji *Mann Whitney* Data *Pretest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok	**N**	**Z**	**P**
Eksperimen	20	0,217	0,828
Kontrol	20		

Berdasarkan tabel 3 dengan uji *Mann Whitney* didapatkan Z = 0,217 dengan p = 0.828 (p> 0,05) yang artinya bahwa tidak ada perbedaan nilai pretest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa subjek pada kedua kelompok tersebut berada pada kondisi yang sama sebelum diberikan perlakuan berupa metode bermain peran dengan teknik *outbound.*

Tabel 6. Uji *Wilcoxon* Data *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok	N	Rata-rata		Z	P
		Pretest	*Posttest*		
Eksperimen	20	60,15	70,25	-3,923	0,000
Kontrol	20	58,35	62,35	-2,521	0,012

Dari tabel 6 diatas dapat dilihat rata-rata *pretest* kelompok eksperimen sebesar 60,15, hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata tersebut masuk dalam kategori sedang. *Pretest* kelompok kontrol nilai rata-rata sebesar 58,35 masuk dalam kategori sedang. Nilai rata-rata *posttest* kelompok eksperimen sebesar 70,25 masuk dalam kategori tinggi dan *posttest* pada kelompok kontrol sebesar 62,35 masuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon pretest* dan *posttest* skala perilaku asertif pada kelompok eksperimen terlihat bahwa nilai Z = -3,923 dengan p = 0,000 (p<0.01) yang artinya terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara *pretest* dengan *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesa diterima dimana metode bermain peran dengan teknik *outbound* efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada siswa. Pada kelompok kontrol terlihat bahwa Z = -2,521 dengan p = 0.012 (p<0,05) yang artinya bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol. Dengan penjelasan kelompok kontrol hanya mengalami sedikit peningkatan skor perilaku asertif dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

Pada analisis berikutnya, peneliti melakukan uji *Mann Whitney* yang bertujuan untuk melihat perbedaan skor perilaku asertif kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berupa metode

bermain peran dengan teknik *outbound.* Berikut adalah tabel hasil uji *Mann Whitney*.

Tabel 7. Uji *Mann Whitney Postest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok	N	Mean	Z	P
Eksperimen	20	26,40	-3,238	0,001
Kontrol	20	14,60		

Berdasarkan tabel 7 hasil dari uji *Mann Whitney*, menunjukkan nilai Z = -3,238 dengan p = 0,001 ($p<0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan, terlihat bahwa skor perilaku asertif lebih tinggi pada kelompok eksperimen jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan, dilihat dari nilai rata-rata kelompok eksperimen nilai M = 26,40 dan kelompok kontrol nilai M = 14.60.

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu ada pengaruh metode bermain peran dengan teknik *outbound* terhadap perilaku asertif siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode bermain peran dengan teknik *outbound* mampu meningkatkan perilaku asertif pada siswa. Perilaku asertif merupakan kemampuan seseorang berkomunikasi dengan orang lain berupa ketegasan positif yaitu kemampuan menyampaikan pendapat, mengutarakan perasaan, mengekspresikan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan, penerimaan dan kesepakatan. Aspek ketegasan negatif yaitu perasaan marah yang dibenarkan, dapat menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan dan kejengkelan dan aspek penyangkalan diri yaitu meminta maaf secara berlebihan, interaksi berlebihan, kecemasan pribadi, dan perhatian berlebihan untuk perasaan orang lain (Galassi et al., 1974).

Metode bermain peran dengan teknik *outbound* berhasil meningkatkan perilaku asertif pada siswa dalam penelitian ini disebabkan karena, bermain peran dengan teknik *outbound* merupakan permainan yang menyenangkan, dimana hal tersebut membuat siswa merasakan kesenangan dan kegembiraan disaat mengikuti setiap sesi yang ada dalam bermain peran. Metode bermain peran dengan teknik *outbound* membuat siswa memiliki kesempatan untuk mengekspresikan diri disetiap sesi permainan. Hal ini membuat siswa dapat berkomunikasi, menyampaikan pendapat, mengutarakan perasaan, kekaguman, penerimaan dan kesepakatan, menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan, kejengkelan serta belajar bagaimana meminta maaf, berinteraksi dan memberikan perhatian kepada siswa lainnya. Siswa disetiap sesi permainan diberikan skenario dan memerankan tokoh atau figur dan diberikan kebebasan berekspresi berdasarkan peran yang harus dimainkan (Bowman & Ilieva, 2012).

Proses bermain peran terjadi perubahan mental, emosional, memunculkan kreativitas, dan terdapat hubungan sosial yang dibangun untuk bisa memainkan peran yang didapatkan (Soetjiningsih, 1998). Kemudian, dalam proses bermain peran siswa dituntut untuk menyampaikan pendapat serta menghormati setiap kebutuhan orang lain (Mahmoud & Hamid, 2013). Hal lain menjadikan bermain peran dengan teknik *outbound* efektif untuk perilaku asertif dikarenakan siswa mampu mengekspresikan dan menyampaikan apa yang di dapatkan sesuai peran yang dimainkan (Nicholas et al., 2015).

Bermain peran dengan teknik *outbound* adalah bermain sebagai bagian dari pembelajaran. Didalam bermain peran siswa dituntut untuk berpikir cermat dan memiliki kepekaan terhadap lingkungan sosial dan terjadi interaksi antar peserta baik itu melalui komunikasi yang aktif dan kontak fisik yang terwujud dalam perilaku. Hal lain yang menyebabkan perilaku asertif meningkat pada siswa dikarenakan ketika bermain peran terjadi proses *social learning* (belajar sosial), seperti berkomunikasi, berinteraksi dengan orang lain dan bekerjasama dalam sebuah kelompok dan dalam bermain peran ada proses berfikir (kognitif) untuk memahami setiap skenario yang sudah disusun kemudian dilakukan dengan mempraktekkan setiap sesi dalam permainan sehingga akhirnya terjadi perubahan perilaku para siswa (Bandura, 1971).

Hal ini membuat metode bermain peran dengan teknik *outbound* memberikan *insight* positif bagi siswa tentang pentingnya berperilaku asertif untuk menunjang potensi mereka agar dapat mengembangkan diri dengan lebih baik dan membuat tugas mereka sebagai siswa disekolah berjalan dengan lancar serta memberikan keyakinan kepada siswa bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas-tugas mereka dengan baik disekolah (Akhmad Rifqi Azis, 2015).

Metode bermain peran dengan teknik *outbound* disusun berdasarkan aspek-aspek perilaku asertif yang ingin diukur yaitu aspek ketegasan positif, aspek ketegasan negatif, dan aspek penyangkalan diri (Galassi et al., 1974) dimana isi dari permainan dalam modul bermain peran dengan teknik *outbound* mengacu pada aspek-aspek tersebut dan *setting* permainan peneliti lakukan diluar ruangan yaitu *outbound,* diharapkan dengan metode bermain peran dengan teknik *outbound* siswa dapat belajar melalui pengalaman langsung, dimana siswa langsung merasakan bisa dan tidaknya memerankan karakter dan tugasnya dalam bermain peran dengan tujuan sebagai upaya proses belajar dan berlatih untuk menumbuhkan kemampuan tertentu pada siswa yang dilakukan di alam terbuka sehingga dengan metode yang dilakukan dirasakan efektif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa (Ancok, 2002).

Beberapa aspek yang ada di perilaku asertif salah satunya adalah aspek ketegasan positif, dalam aspek ketegasan positif mengandung hal-hal yang perlu dimiliki oleh seseorang yang asertif yaitu mampu menyampaikan pendapat, mengutarakan perasaan, mengekspresikan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan, penerimaan dan kesepakatan (Galassi et al., 1974) dimana didalam setiap sesi permainan dalam bermain peran dengan teknik *outbound* memuat hal-hal yang perannya menuntut siswa untuk dapat berperilaku seperti berkomunikasi dengan baik, menyampaikan pendapat dan mengutarakan apa yang menjadi pikiran dan perasaannya sesuai dengan peran subjek di setiap permainan.

Program pembelajaran di alam terbuka berdasarkan pada prinsip *experiental learning* (belajar melalui pengalaman langsung) yang disajikan berupa permainan, diskusi, simulasi dan petualangan sebagai bagian dari penyampaian materi yang tertuang dalam modul yang sudah disusun berdasarkan aspek-aspek yang ada dalam perilaku asertif. Artinya dalam metode bermain peran dengan teknik *outbound*

tersebut siswa secara aktif dilibatkan dalam seluruh kegiatan yang dilakukan (Ancok, 2002). Langsung terlibat pada aktivitas *(learning by doing)* siswa dapat segera mendapat umpan balik tentang dampak dari kegiatan yang dilakukan, hal ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pengembangan diri setiap siswa terkait dengan pentingnya berperilaku asertif (Naposo & Bulung, 2018).

Aspek lain dari perilaku asertif adalah ketegasan negatif yaitu perasaan marah yang dibenarkan, dapat menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan dan kejengkelan ketika memang situasi tersebut tidak sesuai dengan nilai dan prinsip individu tersebut, dimana dalam bermain peran sikap dan perilaku tersebut dituangkan dalam setiap sesi terutama pada sesi *"survival"* siswa diberikan peran dan karakter berbeda sehingga selain bertujuan untuk mengembangkan komunikasi interpersonal siswa dan berlatih untuk menyelesaikan suatu masalah, siswa juga dapat mengekspresikan sikap dan mengkomunikasikan ketika ada hal-hal yang tidak sesuai dengan dirinya, seperti boleh bersikap marah ketika ada hal-hal yang memang tidak sesuai dengan aturan main dalam permainan dan dapat menyampaikan rasa jengkel, ketidakpuasan dan ketidaksepakatan ketika ada hal-hal yang tidak sesuai dengan pikiran dan perasaan siswa tersebut.

Aspek yang terakhir adalah penyangkalan diri yaitu meminta maaf secara berlebihan, interaksi berlebihan, kecemasan pribadi, dan perhatian berlebihan untuk perasaan orang lain tertuang dalam sesi "lingkaran aksi" dimana siswa belajar untuk lebih obyektif menilai suatu masalah, memberikan perhatian sesuai porsinya kepada orang lain dan tidak berlebihan menanggapi suatu keadaan.

Setiap sesi permainan memiliki tujuan agar siswa dapat bebas mengekspresikan apa yang dirasakan, dipikirkan dan diinginkan tanpa ada yang ditutup-tutupi dan memiliki kemampuan untuk menyesuaikan perilaku terhadap kondisi yang sedang terjadi. Pada penelitian ini setelah diberikan perlakuan siswa dapat bebas melakukan pertahanan diri ketika diserang oleh orang lain, tidak mudah terpengaruh oleh ajakan maupun paksaan orang lain, serta mau terbuka dengan berbagai pikiran dan pendapatnya dan hal ini tertuang dalam sesi permainan *"student story"* dimana 4 naskah bermain peran yang harus di perankan salah satunya adalah naskah 3 dengan judul " bolos yuk". Satu siswa memainkan peran sebagai siswa yang baik dan 4 orang siswa sebagai siswa yang ingin mengajak

bolos, tapi siswa yang baik memahami pentingnya sekolah dan efek negatif dari membolos sehingga siswa tersebut tidak mudah terpengaruh pada hal-hal yang negatif meskipun dipaksa oleh teman-temannya.

Selain itu, saat proses *feedback*, siswa dilatih untuk dapat berkomunikasi dan menyampaikan pendapatnya serta mengutarakan perasaannya terkait permainan dan peran yang sudah dilakukan dan mendapatkan berbagai pengalaman yang bisa dilibatkan pada kehidupan. Pada proses bermain peran dengan teknik *outbound*, siswa berlatih untuk melibatkan hal yang diperoleh saat bermain peran kedalam kegiatan sehari-hari, sebagimana aspek-aspek perilaku asertif yang diharapkan atas setiap permainan yang berkaitan. Siswa diharuskan dapat memperoleh secara mandiri pelajaran yang dapat diambil ketika bermain peran dengan teknik *outbound.* Proses yang dilakukan dalam bermain peran dengan teknik *outbound* adalah proses *experiental learning* yang dilakukan di alam terbuka dimana siswa diharuskan melakukan modifikasi tingkah laku lampau dan mempraktekkan konteks pada kehidupan sehari-hari siswa (Kolb & Kolb, 2005).

Hasil dari penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Falah (2014) dimana *outbound* sangat efektif dalam proses pembelajaran yang mampu dikerjakan dengan bermacam-macam cara yang salah satunya dengan bermain peran. Kenyataan bahwa bermain peran adalah cara yang menarik, menyenangkan dan memotivasi untuk melibatkan siswa dalam kegiatan belajar dan dapat menyampaikan pendapatnya dengan membuat suatu skenario debat yang membuat siswa dapat menyampaikan pendapatnya dengan baik dan hal ini sejalan dengan bagaimana seseorang berperilaku asertif (Craciun, 2010).

Bermain peran dengan teknik *outbound* bertujuan untuk memberi pemahaman kepada siswa secara langsung agar dapat menimbulkan pengalaman intelektual, pengalaman emosional dan pengalaman yang bersifat fisik yang dilakukan di luar ruangan (Ancok, 2002). Bermain peran dengan teknik *outbound* dilakukan dengan cara mendramatisikan tingkah laku, atau ungkapan gerak gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antara individu yang satu dengan yang lainnya. Hubungan sosial siswa bisa ditingkatkan dengan pengalaman langsung dan intervensi yang di *setting* sendiri seperti bermain peran atau sosiodrama dengan tujuan meningkatkan peran dan kemampuan sosial individu (Erawan, 2014).

Penelitian Mahmoud dan Hamid (2013) menjelaskan program pelatihan asertif dilakukan dengan tujuan melatih seseorang agar dapat menyampaikan pendapat dan tetap menghormati kebutuhan orang lain. Ini adalah intervensi psikologis yang membantu siswa untuk mengintegrasikan keterampilan perilaku asertif ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini menjelaskan bahwa Individu yang memiliki perilaku asertif yang baik dapat mengekspresikan dan menyampaikan apa yang menjadi sikap dan pendapatnya kepada orang lain dengan baik (Nicholas et al., 2015).

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan pemberian perlakuan menggunakan metode bermain peran dengan teknik *outbound* mampu meningkatkan perilaku asertif. Hal ini dapat dinyatakan bahwa metode bermain peran dengan teknik *outbound* efektif untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa.

Implikasi

Agar siswa dapat berperilaku asertif serta mampu berkomunikasi dengan baik, menyampaikan pendapat, bersikap jujur dan memiliki keyakinan diri tanpa mengganggu dan menyakiti orang lain, dengan cara lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan diskusi di kelas, organisasi intra disekolah seperti osis dan pramuka serta program-program lain yang menunjang siswa menjadi asertif.

Guru dan pihak sekolah dapat mengetahui pentingnya siswa bersikap asertif, diharapkan guru dapat menjadi contoh bagi siswa bagaimana bersikap dan berperilaku asertif dengan mengadakan diskusi didalam kelas yang mengharuskan siswa untuk dapat menyampaikan pendapat dan mengekspresikan diri yang tujuannya agar dapat menunjang keyakinan diri siswa untuk meningkatkan prestasi akademik di sekolah. Pihak sekolah juga dapat membuat suatu agenda berkala berupa pelatihan asertif yang dilakukan dengan teknik *outbound* dan menjadi program yang berkelanjutan.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memodifikasi dan melengkapi modul agar dapat lebih di sempurnakan dan ada *reward* yang bisa diberikan kepada siswa agar dapat lebih semangat dan termotivasi dalam mengikuti setiap sesi permainan. Selain itu penelitian selanjutnya bisa menggunakan metode lain yang

tidak dilakukan pada penelitian ini untuk meningkatkan perilaku asertif, seperti *assertive communication training* dan *play therapy.* Untuk subjek direntang usia sekolah dasar dan sekolah menengah pertama juga perlu untuk dilakukan pelatihan ini mengingat pentingnya perilaku asertif bagi setiap individu.

DAFTAR PUSTAKA

Abdulkarim, A., Zainul, A., & Maryani, E. (2014). Perilaku asertif dan kecenderungan kenakalan remaja berdasarkan pola asuh dan peran media massa. *Psikologi*, *41*(1), 74–88. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22146/jpsi.6959

Agbakwuru, C., & Stella, U. (2012). Effect of assertiveness training on resilience among early-adolescents. *European Scientific Journal*, *8*(10), 69. Retrieved from https://login.ezproxy.net.ucf.edu/login?auth=shibb&url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsgao&AN=edsgcl.348453037&site=eds-live&scope=site

Ahmadi, H., Daramadi, P. S., Asadi-Samani, M., Givtaj, H., & Sani, M. R. M. (2017). Effectiveness of group training of assertiveness on social anxiety among deaf and hard of hearing adolescents. *International Tinnitus Journal*, *21*(1), 14–20. https://doi.org/10.5935/0946-5448.20170004

Ainiyah, H., Priyatama, A. N., & Setyanto, A. T. (2017). Pengaruh pelatihan asertif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja kelas X pondok pesantren Darul Ulum Jombang. *Wacana Jurnal Psikologi*, *9*(18).

Akbari, B., Mohamadi, J., & Sadeghi, S. (2012). Effect of Assertiveness Training Methods on Self-Esteem and General Self- Efficacy Female Students of Islamic Azad University , Anzali Branch. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, *2*(3), 2265–2269.

Akhmad Rifqi Azis. (2015). Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif siswa korban bullying. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *3*(2), 8–14. Retrieved from http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/25

Alberti, R., & Emmons, R. (2002). *Your perfect right: Panduan praktis hidup lebih ekspresif dan jujur pada diri sendiri*. Jakarta: Elec Media Komputindo.

Alwan, D. C., & Reeve, N. (2005). *Assertiveness*. Norfolk: Norfolk NHS.

Ancok, D. (2002). *Outbond management training : aplikasi ilmu perilaku dalam pengembangan sumber daya manusia* (Cetakan Pe). Jogjakarta: ULL Press.

Asti, B. M. (2009). *Fun Outbound Merancang Kegiatan Outbound yang Efektif*. Yokyakarta: Diva Press.

Ates, B. (2016). Perceived social support and assertiveness as a predictor of candidates psychological counselors' psychological well-being. *International Education Studies*, *9*(5), 28. https://doi.org/10.5539/ies.v9n5p28

Baker, A. E., & Jeske, D. (2015). Assertiveness and anxiety effects in traditional and online interactions. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology*

and Learning, *5*(3), 30–46. https://doi.org/10.4018/IJCBPL.2015070103

Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. New York: General Learning Press.

Bandura, A. (1995). *Self Eficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press, Translation : Italian, Japanese, Spanish, Korean.

Bandura, A. (1997). *Self efficacy : The exercise of control*. New York: Freeman, translation : Chinese, French, Italian, Korean.

Basri, H. S. (2014). Fenomena tawuran antar pelajar dan intervensinya. *Article*, 1–25.

Bowman, S. L., & Ilieva, A. (2012). Role-Playing. *International Journal of Role-Playing*, 1–93.

Chan, B., & Rowe, M. (2014). A cultural exchange: Assertive communication training in Bangkok. *Asia Pacific Journal of Social Work and Development*, *24*(1–2), 45–58. https://doi.org/10.1080/02185385.2014.885208

Chibuike, O. B., Chimezie, N. B., Ogbuinya, N. E. O., & Omeje, C. B. (2013). Role of locus of control on assertive behavior of adolescents. *International Journal of Health and Psychology Research*, *1*(1), 38–44. Retrieved from http://iiste.org/Journals/index.php/RHSS/article/view/5027

Connelly, D., & Rotella, R. J. (1991). The social psychology of assertive communication: Issues in teaching assertiveness skills to athletes. *The Sport Psychologist*, *5*(1), 73–87. Retrieved from http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=1991-23075-001&login.asp&site=ehost-live&scope=site

Craciun, D. (2010). Role - playing as a creative methode inscience education. *Journal of Sciences and Arts*, *1*(12), 175–182.

Creswell, J. W. (2009). *Research design : qualitative, quantitative, and mix methods approaches* (3rd.ed). Thousand Oaks: CA: Sage Publications.

Duckworth, M. P., & Mercer, V. (2006). *Assertiveness training*. *Practitioner's Guide to Evidence-Based Psychotherapy*. https://doi.org/10.1007/978-0-387-28370-8_7

East, P., & Adams, J. (2002). Sexual assertiveness and adolescents sexual rights. *perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 212. https://doi.org/10.2307/3097732

Eliani, J., Yuniardi, M. S., & Masturah, A. N. (2018). Fanatisme dan perilaku agresif verbal di media sosial pada penggemar idola K-Pop. *Psikohimaniora : Jurnal Penelitian Psikologi*, *3*(1), 59–72.

Erawan, D. G. B. (2014). Penggunaan metode sosiodrama untuk meningkatkan

kemampuan berwawancara dengan berbagai kalangan pada siswa kelas VIII SMP Mutiara Singaraja. *Santiaji Pendidikan*, *4*(1), 1–7.

Falah, N. (2014). Efektivitas outbound sebagai metode pembelajaran (studi pada outbound mahasiswa jurusan BKI fakultas dakwah dan komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yokyakarta). *Jurnal Hisbah*, *11*(1), 53–74.

Galassi, J. P., Delo, J. S., Galassi, M. D., & Basten, S. (1974). The college self-expression scale : A measure of assertiveness. *Behavior Therapy*, *5*, 165–171.

Giyono, Turina, & Rahmayanthi, R. Z. (2015). Penggunaan tekhnik assertive training dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa kelas VII. Retrieved from http://download.portalgaruda.org/article.php?article=328280&val=1571&title=PENGGUNAAN TEKHNIK ASSERTIVE TRAINING DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA SISWA KELAS VII

Hamalik, O. (1992). *Psikologi belajar mengajar*. Bandung: Sinar Baru.

Hojjat, S. K., Golmakani, E., Norozi Khalili, M., Shakeri Chenarani, M., Hamidi, M., Akaberi, A., & Rezaei Ardani, A. (2015). The effectiveness of group assertiveness training on happiness in rural adolescent females with substance abusing parents. *Global Journal of Health Science*, *8*(2), 156–164. https://doi.org/10.5539/gjhs.v8n2p156

Kamerade, D. (2011). Group role-play as a method of facilitating student to student interaction and making theory relevant. In *Practice and Evidence of the Scholarship of Teaching (ECE Conference Special Issue)* (Vol. 6). University of Glasgow.

Keliat, P. B. A., Tololiu, T. A., Daulima, D. N. H. C., & Erawati, E. (2015). Effectiveness assertive training of bullying prevention among adolescents in West Java Indonesia. *International Journal of Nursing*, *2*(1), 128–134. https://doi.org/10.15640/ijn.v2n1a14

Kellermann, N. (1998). Sociodrama. *Group Analysis*, *31*(2), 179–195. https://doi.org/10.1177/0533316498312005

Khademi, S. H. M., & Mehrabi, T. (2015). The role of self-efficacy and assertiveness in aggression among high-school students in Isfahan. *Journal of Medicine and Life*, *8*(4), 225–231.

Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2005). Learning styles and learning spaces : enhancing experiential learning in higher education. *Academy of Management Learning & Education*, *4*(2), 193–212.

Latipun. (2015). *Psikologi eksperimen* (Kelima). Malang: UMM Press.

Mahmoud, S., & Hamid, R. A. (2013). Effectiveness of assertiveness training programme on self esteem & academic achievement in adolescents girls at

secondary school at Abha city. *Journal of American Science*, *9*(8), 262–269.

Marini, L., Yurliani, R., & Kemala, I. (2017). Sexual assertiveness of adolescent girls in Medan. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR)*, *81*(Icosop 2016), 341–346.

Mirahmadi, Z., & Alamdarloo, G. H. (2016). The effectiveness of group play therapy on social skills of female students with intellectual disability. *Physical Treatments*, *6*(2), 115–123.

Moeslichatoen, R. (1999). *Outbound*. Jakarta: Rineka Citra.

Naposo, K., & Bulung, N. (2018). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan teknik bermain peran dalam meningkatkan komunikasi naposo nauli bulung, *1*(1), 41–58.

Nicholas, S., Neelakshi, G., & Nalini, S. (2015). effectiveness of assertiveness training on self esteem and assertive behavior among adolescents at a selected school. *Journal of Medical Science and Clinical Research*, *03*(07), 6790–6796.

Noviati, N. P., & Zipi, N. P. (2013). Pengaruh pelatihan Outbound terhadap peningkatan kohesivitas tim tenaga kependidikan. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, *5*(2). https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol5.iss2.art9

Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia*. (M. Masyikur, Ed.) (12th ed.). Indonesia: Salemba Humanika.

Parray, W. M., & Kumar, S. (2016). Assertiveness among undergraduate students of the university. *Journal of Indian Psychology*, *4*(1), 283–291.

Pelima, J. N. (2014). Pendidikan lingkungan hidup dengan metode outbond untuk anak usia dini : kajian pustaka. *Akademia*, *1*(2), 19–32.

Prayitno. (1995). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Risma, D. (2018). Pengaruh kegiatan outbond stepping carpet terhadap kecerdasan interpersonal anak usia 5-6 tahun di TK Bina Mandiri Kecamatan Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hilir. *JOM FKIP*, *5*(2), 1–15.

S, D. A., & Satiningsih. (2013). Hubungan antara parenting style orangtua dengan perilaku asertif pada remaja. *Character*, *1*(2), 1–6.

Samantaray, N., Singh, P., Mohapatra, J., Amool, P., & Singh, R. (2016). Application of Psychodrama on Conflict Management and Assertive Training. *The International Journal of Indian Psychology*, *3*(2). https://doi.org/10.1021/la800276r

Saputri, N. S. D. (2017). Peningkatan self esteem korban bullying dengan konseling

feminis. *Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, *3*(7), 368–375.

Sarkova, M., Bacikova-Sleskova, M., Orosova, O., Madarasova Geckova, A., Katreniakova, Z., Klein, D., … Van Dijk, J. P. (2013). Associations between assertiveness, psychological well-being, and self-esteem in adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, *43*(1), 147–154. https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00988.x

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *The American Psychologist*, *60*(5), 410–421. https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410

Semple, S. J., Strathdee, S. A., Zians, J., McQuaid, J. R., & Patterson, T. L. (2011). Drug assertiveness and sexual risk-taking behavior in a sample of HIV-positive, methamphetamine-using men who have sex with men. *Journal of Substance Abuse Treatment*, *41*(3), 265–272. https://doi.org/10.1016/j.jsat.2011.03.006

Shanmugam, V., & Kathyayini, B. V. (2017). Assertiveness and self-esteem in Indian adolescents. *Journal of Health Sciences and Research*, *2*(4), 2–7.

Sivin-kachala, J., Ed, D., & Bialo, E. (2009). *Social skills of mainstream students in full-time , online public schools : How they compare to traditional public school students*. New York: Interactive Educational System Design, Inc.

Soetjiningsih. (1998). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

Sons, J. W. &. (2010). Assertiveness. In *Training* (pp. 1–3). Canada: Waterloo Student Success Office.

Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta.

Tomé, G., Matos, M., Simões, C., Diniz, J. A., & Camacho, I. (2012). How Can Peer Group Influence the Behavior of Adolescents: Explanatory Model. *Global Journal of Health Science*, *4*(2), 26–35. https://doi.org/10.5539/gjhs.v4n2p26

Vallejo-Medina, P., & Sierra, J. C. arlos. (2015). Adaptation and validation of the sexual assertiveness scale (SAS) in a sample of male drug users. *The Spanish Journal of Psychology*, *18*(e21), 1–13. https://doi.org/10.1017/sjp.2015.25

Williams, C. (2001). Being assertive. In *Overcoming Depression A Five Areas Approach*. UK: Arnold Publisher.

Yunaida, H., & Rosita, T. (2018). Outbond berbasis karakteristik sebagai media pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Comm-Edu*, *1*(1), 30–37.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Blue Print Skala Asertif

No	Aspek	Favourable	Unfavourable	Cronbanch Alpha
1.	**Ketegasan Positif**			
	- Menyampaikan pendapat - Mengutarakan perasaan - Mengekspresikan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan, penerimaan dan kesepakatan	3, 6, 8, 11, 13, 15, 16, 19	1, 2, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 17	**0,90**
2.	**Ketegasan Negatif**			
	- Perasaan marah yang dibenarkan - Menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan dan kejengkelan	20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 32	18, 24, 33, 34, 37	
3.	**Penyangkalan Diri**			
	- Terlalu banyak meminta maaf - Interaksi yang berlebihan - Kecemasan pribadi - Kekhawatiran berlebihan terhadap perasaan orang lain	29, 30, 31, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 46, 48, 49	44, 45, 47, 50	
	Total	**31**	**19**	

Lampiran 2. Blue Print Skala Asertif Setelah Uji Coba

No	Aspek	Favourable	Unfavourable	Cronbanch Alpha
1.	**Ketegasan Positif** - Menyampaikan pendapat - Mengutarakan perasaan - Mengekspresikan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan, penerimaan dan kesepakatan	6, 8, 13, 16,	-	**0,881**
2.	**Ketegasan Negatif** - Perasaan marah yang dibenarkan - Menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan dan kejengkelan	21, 22, 23, 27, 28, 32	33	
3.	**Penyangkalan Diri** - Terlalu banyak meminta maaf - Interaksi yang berlebihan - Kecemasan pribadi - Kekhawatiran berlebihan terhadap perasaan orang lain	29, 30, 38, 39, 40, 41, 42, 46, 48	-	
	Total	**19**	**1**	

Lampiran 3. Laporan Hasil *Try out* Modul Metode Bermain Peran dengan Teknik *Outbound*

Hasil observasi dan uraian hasil *try out* secara umum:

1. Peserta *try out* berjumlah 10 orang berusia 16 – 17 tahun, terdiri dari 5 orang laki – laki dan 5 orang perempuan
2. Secara umum semua peserta memahami instruksi dan arahan yang diberikan oleh peneliti dan fasilitator.
3. Dari awal sampai berakhirnya kegiatan peserta sangat antusias dan senang sekali mengikuti kegiatan
4. Semua peserta memahami penjelasan mengenai bermain peran dan kegiatan yang akan dilakukan, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar.
5. Setiap peserta berperan aktif dan menjalani setiap sesi kegiatan dengan baik dan gembira
6. Kegiatan di laksanakan di *rooftop* sekolah yang terbuka dan suasananya tenang sehingga sangat mendukung untuk dilaksanakan kegiatan
7. Kegiatan diawali dengan pembukaan, perkenalan peneliti dan tim trainer, penjelasan kegiatan dan mendiskusikan peraturan selama kegiatan. Selanjutnya peneliti melakukan *ice breaking* yang berisi permainan dengan menggunakan media bola dan bertujuan agar siswa memperkenalkan dirinya masing – masing. Sesi berikutnya dilanjutkan dengan permainan yang diawali dengan permainan "lingkaran aksi, *Mirror, Survival, Student Story,* dan *review* kegiatan bermain peran dengan teknik *outbound*."
8. Waktu pelaksanaan setiap sesi berdasarkan hasil *try out* menghasilkan waktu pembukaan 20 menit, "lingkaran aksi" 25 menit, *"mirror"* 45 menit, *"survival"* 40 menit, *"student story"* 60 menit dan *review* seluruh kegiatan 20 menit. Jika diakumulasi waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan semua kegiatan adalah 210 menit.
9. Semua peserta sangat berperan aktif disetiap kegiatan dan memiliki semangat yang baik disetiap sesi permainan sehingga dapat menyelesaikan setiap sesi dengan baik dari awal hingga selesai.

10. Peneliti menanyakan bagaimana perasaan peserta setelah mengikuti kegiatan dan pelajaran apa yang mereka dapatkan, peserta menjelaskan bahwa mereka sangat senang sekali dengan kegiatan yang sudah dilaksanakan dan berharap diwaktu yang lain dapat mengikuti kegiatan yang serupa. Mereka merasa mendapatkan pelajaran yang positif setiap kali selesai mengikuti sesi permainan.
11. Diakhir peneliti menjelaskan tujuan dan makna dari setiap sesi permainan yang dilakukan, menjelaskan bahwa permainan yang dilakukan memuat tentang bagaimana seseorang dapat berperilaku asertif dan bagaimana pentingnya peserta untuk bisa berperilaku asertif baik ketika mereka menjadi siswa didalam kelas, bergaul dengan teman sebaya, aktif didalam sebuah organisasi sekolah seperti osis, didalam keluarga sebagai anak yang bisa mengkomunikasikan dengan baik apa yang menjadi keinginan dan pendapatnya kepada orang tua dan dalam lingkup yang lebih luas perilaku asertif sangat penting dimiliki ketika berhubungan dengan masyarakat

Kesimpulan

Setiap sesi dilaksanakan dengan baik, lancar dan peserta sangat berperan aktif dan semangat dalam mengikuti kegiatan, setiap *feedback* yang dilakukan memiliki respon yang positif dari setiap peserta. Peserta memahami apa itu asertif dan bagaimana cara berperilaku asertif yang bermanfaat untuk mereka baik sebagai siswa, anak dan peran mereka dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Bagaimana masing – masing peserta meyampaikan apa yang mereka rasakan dan pelajaran apa yang mereka dapat setelah mengikuti permainan.

LAPORAN HASIL OBSERVASI *TRY OUT*

Modul bermain peran dengan teknik *Outbound*

Peserta 1

1. Biodata

Nama/Inisial : DB

Usia : 16 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Teknik Kendaraan Ringan (TKR)

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta DB sangat lancar sekali menyampaikan pendapatnya dan dapat mengutarakan apa yang dirasakan. Hal ini terlihat dengan intensitas yang tidak hanya terlihat satu atau dua kali. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta DB. Peserta DB juga seringkali menunjukkan ekspresi yang ceria, terlihat dengan seringnya DB tertawa dan terlihat gembira. DB juga memilki inisiatif yang sangat baik, diberbagai kesempatan DB selalu menunjukkan inisiatif baik secara verbal maupun perilaku.

Peserta 2

2. Biodata

Nama/Inisial : Andre Edua Putra

Usia : 15 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Kimia Listrik

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta AEP sangat lancar sekali menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan AEP sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta AEP.

Peserta 3

3. Biodata

Nama/Inisial : BKH

Usia : 16 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Rekayasa Perangkat Lunak

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta BKH sangat lancar sekali menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan BKH sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta BKH. Ketika merasa tidak sepakat BKH dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika BKH dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif.

Peserta 4

4. Biodata

Nama/Inisial : DR

Usia : 15 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Teknik Kendaraan Ringan

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta DR sangat lancar sekali menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan DR sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta DR. DR juga memiliki inisiatif yang baik, terlihat pada setiap sesi DR menunjukkan perhatian dan inisiatif dalam setiap permainan. Ketika merasa tidak sepakat DR dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika DR dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif.

Peserta 5

5. Biodata

Nama/Inisial : YD

Usia : 15 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Kimia Listrik

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta YD sangat lancar sekali menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan YD sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta YD. Ketika merasa tidak sepakat DR dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika YD dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif.

Peserta 6

6. Biodata

Nama/Inisial : TDE

Usia : 17 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Penjualan

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta TDE cukup bisa menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan TDE sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta TDE. Ketika merasa tidak sepakat TDE dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. TDE juga menunjukkan perasaan marah ketika ada peserta yang usil dan mengganggunya. Hal ini menunjukkan jika TDE dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif. Pada peserta TDE juga terlihat interaksi yang

berlebihan dan kecemasan pribadi karena subjek seringkali menunjukkan ketidaknyamanan pada situasi yang ada karena terlihat kurang percaya diri.

Peserta 7

7. Biodata

Nama/Inisial : RDH
Usia : 16 Tahun
Status : Pelajar
Jurusan : Penjualan

Dari hasil observasi yang dilakukan peserta RDH cukup bisa menyampaikan pendapatnya, disetiap sesi dan kesempatan RDH cukup komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta RDH. RDH menunjukkan kecemasan pribadi dan kekhawatiran yang berlebihan terhadap perasaan orang lain yang menyebabkan RDH tidak dapat berekspresi yang santai dan luwes.

Peserta 8

8. Biodata

Nama/Inisial : LADP
Usia : 16 Tahun
Status : Pelajar
Jurusan : Teknik Las

Peserta LADP dapat menyampaikan pendapatnya dengan baik, disetiap sesi dan kesempatan LADP sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta LADP. Ketika merasa tidak sepakat LADP dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika LADP dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif. LADP memiliki kecemasan

pribadi karena subjek seringkali menunjukkan ketidaknyamanan pada beberapa situasi.

Peserta 9

9. Biodata

Nama/Inisial : MAR

Usia : 17 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Teknik Kendaraan Ringan

Peserta MAR dapat menyampaikan pendapatnya dengan baik, disetiap sesi dan kesempatan MAR sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta MAR. Ketika merasa tidak sepakat MAR dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika MAR dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif. Interaksi yang berlebihan tampak pada MAR yang menunjukkan MAR belum dapat membatasi diri ketika berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya dan cenderung bebas. Hal lain yang tampak pada MAR adalah sangat ekspresif, terlihat selalu gembira, berani, kreatif, percaya diri dan juga memiliki inisiatif.

Peserta 10

10. Biodata

Nama/Inisial : IFN

Usia : 16 Tahun

Status : Pelajar

Jurusan : Penjualan

IFN dapat menyampaikan pendapatnya dengan baik, disetiap sesi dan kesempatan IFN sangat komunikatif dan dapat mengutarakan apa yang dirasakannya dengan baik. Dalam mengekspresikan perasaan persetujuan, penerimaan dan kesepakatan juga tampak pada peserta IFN. Ketika merasa

tidak sepakat IFN dapat menyampaikan dengan baik dan dapat menunjukkan ketidakpuasan dan kejengkelan ketika situasi yang ada tidak sesuai aturan. Hal ini menunjukkan jika IFN dapat mengekpresikan aspek ketegasan negatif. Terlihat kecemasan pribadi dan kehawatiran berlebihan terhadap perasaan orang lain tampak pada IFN yang membuat IFN kurang bisa berinteraksi dengan bebas dan santai. Namun di akhir kegiatan IFN mulai bisa lebih santai dan menunjukkan peran yang lebih sehingga terlihat lebih percaya diri.

Lampiran 4 : Modul Pelaksanaan Bermain Peran dengan Teknik *Outbound* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa

PENGANTAR

Secara umum, tujuan intervensi ini adalah untuk mengetahui efektivitas metode bermain peran dengan teknik *outbound* dalam meningkatkan perilaku asertif pada siswa. Bermain peran dengan teknik *outbound* dilakukan dengan harapan agar siswa memiliki perwujudan pengalaman belajar, dapat meningkatkan perilaku asertif mereka, dapat mengurangi akibat dari kurangnya perilaku asertif seperti kenakalan remaja, serta dapat meningkatkan prestasi belajar.

Bermain peran dengan teknik *outbound* dilakukan selama 2 pertemuan, pertemuan pertama dilakukan didalam ruangan yang dibagi dengan 3 sesi. Sesi pertama diawali dengan pembukaan. Diawal peneliti membangun raport terlebih dahulu dengan tujuan agar siswa dapat lebih mengenal peneliti dan membangun kedekatan dengan siswa dengan harapan siswa dapat merasa nyaman dan percaya dan mempermudah sesi selanjutnya, selanjutnya *ice breaking* yang di simulasikan dengan *games* dan terakhir pemberian skala asertif sebagai *pretest* kepada siswa. Pertemuan kedua dibagi menjadi 6 sesi yang diawali dengan pembukaan yaitu perkenalan trainer, penjelasan kegiatan *outbound,* dan mendiskusikan peraturan *outbound.* Sesi selanjutnya masuk ke intervensi yaitu bermain peran dengan teknik *outbound*, dan diakhiri dengan penutup.

Bermain peran dengan teknik *outbound* berisi aspek-aspek yang ingin diukur yaitu aspek ketegasan positif, ketegasan negatif dan penyangkalan diri dimana tiap skenario drama berisi aspek-aspek perilaku asertif yang terkandung didalamnya. Setiap sesi yang dilakukan diakhir dilakukan evaluasi/*feedback* dari bermain peran dengan teknik *outbound* yang telah dilaksanakan, serta pemantapan siswa tentang makna dan kebermanfaatan bermain peran dengan teknik *outbound* dalam perilaku asertif di kehidupan mereka sehari-hari.

PROSEDUR EKSPERIMEN

a. Jenis Intervensi

Intervensi yang diberikan berupa metode bermain peran dengan teknik *outbound*. Metode bermain peran yang dilakukan menuntut siswa untuk dapat berbicara dan berkomunikasi dengan baik dengan anggota kelompoknya. Selain harus berkomunikasi dengan baik juga harus dapat bekerjasama dengan tujuan agar kelompoknya dapat menang dalam kompetisi yang dilakukan dalam permainan.

Metode ini bertujuan agar siswa yang awalnya sulit sekali berbicara didepan umum dapat memiliki motivasi untuk dapat berbicara dan berkomunikasi dengan baik dengan menyampaikan pendapatnya sesuai dengan perannya dalam permainan.

b. Tujuan

Tujuan umum dari intervensi ini adalah untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dan memiliki tujuan yang lebih khusus dan spesifik yaitu memiliki kepercayaan diri, melatih konsistensi dalam berperilaku, melatih cara mempertahankan pendapat dan melatih inisiatif.

c. Manfaat intervensi

Bagi siswa pelatihan ini merupakan perwujudan pengalaman belajar, dapat meningkatkan perilaku asertif mereka, dapat mengurangi akibat dari kurangnya perilaku asertif seperti kenakalan remaja, serta dapat meningkatkan prestasi belajar.

d. Metode kegiatan

Kegiatan ini menggunakan metode bermain peran dengan teknik *outbound*.

e. Peralatan yang dibutuhkan

1. Alat tulis
2. Alat *outbound*

f. Tugas fasilitator

1. Menjelaskan jalannya kegiatan
2. Memberikan *feedback*

g. Tugas observer

1. Mengamati peserta selama melakukan *outbound*

2. Mencatat setiap peristiwa penting

h. Tugas peserta

1. Mentaati peraturan dan kesepakatan yang telah dibuat
2. Memainkan peran dalam kegiatan *outbound*
3. Mendiskusikan dan memberikan komentar

PENUTUP

Harapan dari dilakukannya bermain peran dengan teknik *outbound* ini merupakan suatu usaha untuk terpenuhinya tujuan dari penelitian ini. Semua yang dilakukan peneliti merupakan proses pembelajaran agar dapat lebih baik kedepannya dengan harapan menjadi sesuatu yang bermanfaat bagi banyak orang. Modul ini di sampaikan sebagai pedoman dan panduan dalam melakukan **"metode bermain peran dengan teknik *outbound* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa".** Koreksi dan perbaikan sangat diharapkan agar modul ini bisa lebih baik dan menjadi sarana dan pedoman untuk melakukan penelitian selanjutnya kedepan.

PENJABARAN KEGIATAN

Hari ke – 1 (Pembukaan)	
Tujuan	1. Perkenalan fasilitator 2. Penjelasan tujuan kegiatan 3. Penjelasan peraturan selama kegiatan
Waktu	30 Menit
Alat yang dibutuhkan	-
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator memperkenalkan diri masing–masing 2. Fasilitator menjelaskan tujuan intervensi dan pentingnya kegiatan yang akan dilakukan 3. Fasilitator memberikan penjelasan tentang aturan yang harus ditaati selama kegiatan berlangsung	
Ice breaking	
Tujuan	1. Terciptanya kondisi-kondisi yang equal (setara) antara sesama peserta dalam forum training 2. Menghilangkan sekat-sekat pembatas di antara peserta 3. Terciptanya kondisi yang dinamis di antara peserta 4. Menimbulkan kegairahan (motivasi) antara sesama peserta untuk melakukan aktivitas selama training berlangsung. 5. Memunculkan komunikasi antar sesama peserta.
Waktu	15 Menit
Alat yang dibutuhkan	Topi
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator meminta semua peserta berdiri	

2. Fasilitator memberikan topi kepada peserta dan meminta seorang peserta untuk memperkenalkan nama dan satu hal lain mengenai dirinya dalam bentuk satu kalimat pendek (tidak boleh lebih dari 6 kata), misal: nama saya Putri kelas 1 dan memeberikan kepada peserta kedua 3. Peserta kedua diminta menerima topi dari peserta pertama dan diminta untuk mengulang kalimat peserta pertama, baru kemudian memperkenalkan dirinya sendiri, misal : teman saya Putri kelas 1, saya Mika kelas 2 dan memberikan topi kepada peserta ketiga 4. Peserta ketiga harus menerima topi dan mengulang kalimat 2 peserta sebelumnya sebelum memperkenalkan diri, demikian seterusnya sampai seluruh peserta memperoleh gilirannya. 5. Apabila peserta tidak dapat mengingat nama dan apa yang dikatakan 2 peserta lainnya, maka ia harus menanyakan langsung pada yang bersangkutan : 'siapa nama anda?' atau 'siapa nama anda dan apa yang anda katakan tadi ?'	
Pretest	
Tujuan	Siswa mengisi skala sebagai asesmen awal
Waktu	10 Menit
Alat ayng dibutuhkan	1. Lembar Skala 2. Alat tulis
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator membagikan skala dan alat tulis pada siswa. 2. Fasilitator menjelaskan cara mengisi skala. 3. Siswa mengisi skala. 4. Setelah pengisian skala dikumpulkan.	
Hari ke - 2 (*Outbound*)	
Pembukaan	
Tujuan	1. Membangun hubungan awal antara trainer dengan peserta 2. Memberikan penjelasan tentang rangkaian *outbound*

	3. Menetapkan peraturan dan menjelakan gambaran umum tentang prosedur bermain peran dan dengan kegiatan *outbound* untuk meningkatkan perilaku asertif 4. Membagi peserta menjadi 8 kelompok yang akan memainkan *outbound*
Waktu	20 Menit
Alat yang dibutuhkan	1. Bola 2. Form observasi
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator mengajak siswa untuk duduk melingkar ditempat yang sudah disediakan lalu fasilitator memperkenalkan dirinya dengan berdiri di tengah-tengah siswa dan mengajak peserta untuk berdoa terlebih dahulu. Kemudian secara acak fasilitator melempar bola menunjuk peserta untuk memperkenalkan identitas diri mereka. Hal-hal yang wajib diperkenalkan antara lain: nama, usia, tokoh yang di idolakan serta hal-hal pribadi lainnya yang dipandang perlu dan dapat meningkatkan hubungan fasilitator dan peserta. Kemudian peserta yang sudah memperkenalkan diri melakukan pelemparan bola ke peserta lainnya yang belum untuk memperkenalkan diri, begitu seterusnya sampai semua memperkenalkan diri. Fasilitator juga memperkenalkan *observer* yang hadir dalam kegiatan. 2. Fasilitator menjelaskan gambaran kegiatan secara umum agenda kegiatan, tujuan kegiatan, tugas fasilitator, dan tugas peserta yaitu melakukan *outbound* bermain peran yang dibagi menjadi perkelompok dan juga mengamati kelompok lainnya. 3. Fasilitator menjelaskan peraturan apa saja selama kegiatan outbound berlangsung dari awal sampai akhir. Isi peraturan tersebut adalah sebagai berikut; a. peserta diwajibkan mengikuti ke 3 sesi permainan, memerankan peran dengan penuh penghayatan, menjaga perilaku dengan tidak melanggar norma, peserta ikut aktif terlibat dalam kegiatan bermain peran dan juga	

evaluasi, berpartisipasi dalam diskusi dan mau mengikuti jalannya kegiatan secara tertib. 4. Fasilitator memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. 5. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok. Dari 20 peserta dibagi menjadi kelompok 4 orang perkelompok. Empat kelompok tersebut akan diberi nama dan diminta untuk mengacak angka untuk mengetahui siapa wakil dari tiap kelompok dan kelompok mana yang nantinya akan memulai bermain duluan. 6. Fasilitator memberikan motivasi kepada peserta bahwa *outbound* tersebut sangatlah mudah namun membutuhkan usaha dan penghayatan peran dalam memainkannya. Fasilitator memberikan motivasi kepada peserta seolah-olah mereka adalah tokoh yang akan mempermainkan peran.	
Game 1 (Lingkaran aksi)	
Tujuan	1. Peserta mendapatkan kesempatan untuk mempraktekkan keterampilan komunikasi asertif 2. Peserta mampu membela diri sendiri atau mempertahankan diri dalam peran yang dimainkannya 3. Peserta mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman. 4. Peserta meningkatkan kemampuan berkomunikasi, hubungan antar sesama peserta dan menambah wawasan terkait perilaku asertif.
Waktu	25 Menit
Alat yang dibutuhkan	Kartu Aksi
Uraian Kegiatan	
1. Pembukaan	

a. Seluruh peserta diminta untuk membentuk lingkaran dan Trainer menjelaskan kepada peserta bahwa selanjutnya akan melakukan aktivitas "Lingkaran Aksi".
b. Trainer menjelaskan peraturan dari aktivitas lingkaran aksi dimainkan dengan cara peserta bertugas berjalan di dalam area lingkaran yang sudah ditentukan kemudian trainer menunjuk satu orang peserta dan peserta tersebut harus mengikuti apa yang diinstruksikan oleh trainer. Dengan ini peserta harus bisa memerankan apa yang diperintahkan oleh traine.

2. Permainan
   a. Trainer mengawali aktivitas lingkaran aksi dengan memutar lingkaran aksi yang telah disediakan.
   b. Peserta yang ditunjuk oleh trainer adalah peserta pertama yang akan mengawali aktivitas ini.
   c. Peserta kemudian memilih satu kartu aksi yang didalamnya berisi narasi dan karakter yang harus diperankan yang disediakan oleh Trainer kemudian peserta diminta untuk mempraktekkan isi yang tertera dalam kartu tersebut yang memuat bagaimana peserta berperan dalam berhubungan dengan orang lain, mengasah komunikasi, memunculkan resolusi konflik, mengambil keputusan serta mengembangkan wawasan terkait berperilaku asertif.
   d. Jika peserta pertama telah selesai, maka Trainer akan memutar lingkaran aksi dan dilanjutkan cara yang sama kepada peserta yang lain.
3. Penutup
   a. Trainer meminta peserta untuk memberikan perasaan dan kesan mengikuti aktivitas lingkaran aksi. Hal tersebut bertujuan untuk dapat melatih keterampilan komunikasi peserta serta mengungkapkan apa yang dirasakan dengan baik.
   b. Trainer memberikan feedback kepada seluruh peserta, *feedback* yang diberikan adalah tujuan dari permainan ini.

Game 2 (*Mirror*)

Tujuan	1. Memunculkan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, dan penerimaan. 2. Meningkatkan hubungan interpersonal antar peserta. 3. Mengembangkan kemampuan berkomunikasi peserta dan memunculkan resolusi konflik dari peserta. 4. Mengembangkan wawasan terkait asertif dan memunculkan pengambilan keputasan pada masing-masing kelompok. 5. Pembelajaran terkait aspek asertif terkait ketegasan positif
Waktu	45 Menit
Alat yang dibutuhkan	Form observasi
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator menjelaskan permainan yang dimainkan 2. Setiap kelompok bertugas untuk mencari benda disekitarnya 3. Setelah menemukan benda disekitarnya tugas masing-masing anggota kelompok menceritakan benda yang didapatkannya secara bergantian dengan kelompok lain dalam hal ini bertujuan untuk meningkatkan komunikasi serta hubungan interpersonal antar peserta, selain itu siswa dituntut dapat menyelesaikan konflik yang ada dalam kelompok serta dapat mengambil keputusan yang tepat didalam kelompok masing-masing. 4. Setelah itu kelompok yang mendengarkan cerita berperan menirukan kembali apa yang sudah diceritakan, hal tersebut ditujukan agar siswa dapat berperan ganda. 5. Setelah kelompok pertama menceritakan dan kelompok kedua mempraktekan, kemudian permainan ditukar dimana kelompok pertama berperan menirukan cerita yang disampaikan kelompok kedua, pada point ini siswa dapat mengembangkan wawasan tentang perilaku seseorang dan dampaknya pada orang lain.	

6. Trainer meminta peserta untuk memberikan perasaan dan kesan mengikuti aktivitas lingkaran aksi. Hal tersebut bertujuan untuk dapat melatih keterampilan komunikasi peserta serta mengungkapkan apa yang dirasakan dengan baik. 7. Fasilitator memberikan *feedback* game yang dimainkan. *Feedback* yang diberikan adalah tujuan dari permainan ini.	
Game 3 (*Survival*)	
Tujuan	1. Peserta mengekspresikan perilaku asertif 2. Meningkatkan hubungan interpersonal antar peserta. 3. Peserta membuat resolusi konflik dan mengambil keputusan secara kelompok. 4. Memunculkan komunikasi asertif secara natural dan menambah wawasan terkait asertif.
Waktu	40 Menit
Alat yang dibutuhkan	Form observasi
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator menyampaikan game yang dimainkan dengan ilustrasi cerita: "Sebuah kelompok melakukan perjalanan ke sebuah tujuan. Dalam perjalanan mereka diberhentikan petugas karena jalan yang mereka lalui tertutup oleh longsor sehingga mereka harus menempuh jalur lain. Jalur yang akan mereka tempuh melewati hutan lebat dimana dalam hutan tersebut masih banyak terdapat hewan buas dan ditengah hutan terdapat sebuah sungai yang jembatannya roboh. Untuk sampai pada tujuan mereka memerlukan waktu 3 hari." 2. Fasilitator memberikan 5 kartu karakter pada peserta secara acak yang akan dimainkan untuk menyusun rencana dalam menyelesaikan masalah pada cerita. a. Karakter 1 (Perhatian) b. Karakter 2 (Pemarah) c. Karakter 3 (Ceria)	

d. Karakter 4 (Cerdas)
e. Karakter 5 (Kreatif)

3. Setiap peserta memainkan karakter yang sudah ditentukan.
4. Game ini dimainkan oleh 4 kelompok dan dalam satu kelompok ada 5 orang.
5. Peserta diberikan waktu 15 menit untuk menyusun rencana dalam mencapai tujuan sesuai karakter yang dimainkan.
6. Dalam permainan ini, siswa harus dapat memerankan peran masing-masing, selain itu dikarenakan permainan bersifat kelompok akan terjadi banyak sekali konflik antar anggota, disini kelompok harus bisa menyelesaikannya. Permainan ini juga mengajarkan siswa dalam hal mengembangkan keterampilan interpersonal dan keterampilan komunikasi serta dapat mengembangkan wawasan tentang perilaku seseorang dan dampaknya pada orang lain.
7. Trainer meminta peserta untuk memberikan perasaan dan kesan mengikuti aktivitas permainan *survival*. Hal tersebut bertujuan untuk dapat melatih keterampilan komunikasi peserta serta mengungkapkan apa yang dirasakan dengan baik.
8. Setelah itu peserta menyampaikan apa yang mereka rasakan pada fasilitator dan fasilitator memberikan *feedback. Feedback* yang diberikan adalah tujuan dari permainan ini.

Sesi 4 (*Student Story*)	
Tujuan	1. Mengembangkan keterampilan interpersonal dan keterampilan komunikasi 2. Resolusi konflik 3. Pengambilan keputusan kelompok 4. Mengembangkan wawasan tentang perilaku seseorang dan dampaknya pada orang lain 5. Bermain Peran Ganda 6. Memunculkan komunikasi asertif secara natural dan menambah wawasan terkait asertif.

Waktu	60 Menit
Alat yang dibutuhkan	-
Uraian kegiatan	
1. Fasilitator menjelaskan permainan yang dimainkan 2. Setiap kelompok akan memainkan cerita sesuai naskah yang diberikan. Terdapat 4 naskah yang berbeda, **(naskah terlampir)**. Setelah diberikan naskah, kemudian siswa diberikan waktu 5 menit untuk memahami naskah yang berikan. Hal tersebut guna setiap kelompok dapat belajar bersama memahami karakter dari masing-masing tokoh yang dimainkan, selain itu antar anggota kelompok dapat saling bekerja sama dalam memecahkan setiap konflik yang ada dalam proses latihan. Pada sesi ini juga siswa beajar untuk mengembangkan komunikasi antar teman kelompok. 3. Fasilitator menawarkan kepada peserta yang ingin kelompoknya tampil terlebih dahulu. 4. Setiap kelompok kemudian menampilkan cerita masing-masing. 5. Setelah penampilan setiap peserta yang memerankan karakter tertentu harus menceritakan tentang karakter yang dimainkan dan pendapatnya terkait karakter tersebut. Hal tersebut bertujuan agar peserta memahami setiap karakter dalam tokoh-tokoh yang dimainkan, tentunya terdapat tokoh dengan karakter baik dan buruk. 6. Peserta yang menonton kemudian ditanya apa makna dari cerita yang diperankan oleh kelompok yang telah tampil. Pada point ini bertujuan untuk mendorong peserta untuk memahami alur cerita dan mendorong pesrta mengungkapkan pendapatnya didepan banyak orang. 7. Terakhir, fasilitator memberikan *feedback* terkait permainan tersebut. *Feedback* yang diberikan adalah terkait tujuan dilakukan permainan ini dan pemberian materi terkait asertif seperti apa itu asertif, dan manfaat berperilaku asertif.	
Review kegiatan bermain peran dengan teknik *outbound*	

Tujuan	1. Mengevaluasi dan mereview keseluruhan kegiatan 2. Memberikan skala asertif untuk pengukuran *post test*. 3. Mengapresiasi kegiatan bermain peran dan menutup kegiatan
Waktu	35 Menit
Alat yang dibutuhkan	-
Uraian Kegiatan	
1. Fasilitator mengucapkan salam dan pembuka acara, serta mengucapkan terimakasih atas partisipasi peserta yang telah hadir dan ikut mereview keseluruhan kegiatan. 2. Peserta diiminta untuk berkumpul dengan anggota kelompoknya masing-masing 3. Peserta diajak diskusi apa yang mereka rasakan setelah memainkan peran dari naskah yang telah mereka praktekkan di kehidupan sehari-hari. Adakah perubahan dalam melihat sudut pandang atau kondisi orang lain. Masing-masing peserta diminta memberikan komentar masing-masing. 4. Peserta diminta untuk melihat naskah 1 sampai terakhir dan membahas setiap aspek yang terkandung didalam tiap naskah drama. 5. Fasilitator memberikan waktu bagi anggota kelompok untuk bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan dan hasil yang telah dicapai. Anggota kelompok diperbolehkan mengajukan pertanyaan kepada anggota kelompok lainnya ataupun memberikan pendapatnya. 6. Fasilitator memberikan pujian yang produktif dan tulus kepada setiap anggota kelompok atas perubahan dalam berperilaku asertif setelah mengikuti pelatihan 7. Peserta mengisi lembar *post-test* yang diberikan fasilitator kepada masing-masing peserta. 8. Fasilitator mengajak berdoa bersama, mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan peserta dalam kegiatan bermain peran dengan teknik *outbound*. Fasilitator mengajak peserta untuk saling bersalaman baik dengan peserta	

yang lain maupun dengan fasilitator dan juga observer dan dilanjutkan dengan salam kekompakan.

9. Koordinator kegiatan mengkoordinir untuk semua yang terlibat dalam kegiatan bersiap-siap untuk packing dan pulang.

LAMPIRAN NASKAH SESI 1 **(LINGKARAN AKSI)**

"Belajar Jujur"

Tokoh : A (Siswa); B (Pembeli)

Disebuah swalayan tepatnya di depan kasir sedang antre pembeli hendak membayar barang yang akan dibeli. Tiba-tiba A nyelonong begitu saja mendahului B yang lebih dulu menunggu untuk membayar.

A : **(menyerobot Fikri dengan tidak sopan)**

B : **(Diam dengan wajah yang kesal)** Mas, anda ini kelas berapa, anda tidak lihat kami semua disini menunggu antrean dari tadi lalu anda seenaknya sendiri menyerobot begitu aja.

A : **(cuek)**

B : Mas... mas **(menyenggol pundak Fuad)** Anda pura-pura budek ya atau pura-pura gak dengar?

A : **(Masih diam saja, dengan wajah seolah tidak bersalah)**

B : Mau anda apa mas? **(sambil menepuk pundak A)**

A : **(Kaget dan bertanya)** Ada apa ya?

B : Ada apa ada apa. Anda tidak dengar saya ngomong barusan?

A : Maaf mas, saya sedang tidak konsen

B : Alas iku ombo mas, opo maneh alasanmu

A : Maaf mas **(dengan wajah takut)**

B : Memangnya anda ini kenapa?

A : Anu mas...

B : Anu-anu. Anu apa?

A : Sebenarnya saya cepat-cepat mas.

B : Cepat-cepat kenapa? Ngobrol dong mas

A : Saya harus cepat-cepat mas karena saya harus ke rumah sakit mengantar makanan dan obat ini untuk teman saya

B : Ya gitu dong, ngomong anda kan tidak bisu

A : Iya mas maaf, tadinya saya takut untuk ngomong

B : Memang saya ini singo kamu takut untuk ngomong. Ya sudah lain kali terus terang aja mas

A : Baik mas **(bersalaman)** maaf ya mas. Apa saya boleh untuk membayar duluan?

B : Iya bayarlah

A : Terimakasih mas sebelumnya **(tersenyum)**

"Prioritas Utama"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Di warung kopi terdapat 2 orang siswa sedang mengerjakan tugas dan mengobrol tentang pengalaman buruknya.

A : Boy…oooo Boy

B : **(sibuk ngerjakan tugas dihadapan laptop)**

A : Boy, aku bingung boy. Aku suka sama bunga boy. Tapi aku ga berani mau nembak karena dulu aku pernah pacaran ditolak setelah lama kemudian dia terima aku apa adanya boy. Nah sayangnya itu gak lama boy karena aku ketahuan Papa ku kalau aku pacaran terus aku di marah dan dipukul pakai kayunya sapu ijuk itu boy, sampai-sampai aku mau dimasukin ke panti asuhan kalau aku ketahuan pacaran lagi boy. Menurut mu bagaimana boy?

B : (**Diam dan sibuk dengan tugasnya)** rame ae rek. Gini boy, ini kan urusanmu kenapa mesti Tanya aku. Kau nggak bisa nyelesaikan sendiri kah?

Aku ini juga pasti punya masalah boy. Ya selesaikan sendirilah boy, toh kau juga udah baligh masak gitu aja harus dibantu. Manja betul.

A : Gini boy, aku butuh bantuanmu aja boy makanya aku tanya. Ya sebagai sahabat bantulah aku ini boy.

B : Ah kau ini jangan mentang-mentang kita dekat kau kesini kalau ada masalah.

A : Bukan gitu boy, ya mau sama siapa lagi aku minta pendapat kalau gak sama kau ini.

B : Boy teman di kelas kita itu ada 40 boy, sanalah kau minta pendapat mereka.

A : (**marah)** ah, sudahlah kalau kau memang gak mau bantu diam aja sudah.

Si A hendak pergi. Kemudian Si B mencegahnya

B : Sabar-sabar boy. Bukannya aku gak mau bantu. Aku dengar apa yang kau curhatkan tadi boy, dan itu berat memang masalahnya boy. Tapi sekarang kita lagi banyak tugas nih boy, aku sarankan selesaikan tugas dulu bagaimana boy? Setelah itu baru kita cari solusinya sama-sama.

A : Iya boy tapi ya ngomong dongdari tadi boy. Kau ini aku curhat tidak kau dengar kah?

B : Dengar boy. Aku lagi fokus tugas ini boy jangan kau curhat dulu. Kau tau kan tugas kita ini dikumpulkan nanti boy. Kau pengen kah aku ini gak naik kelas?

A : Ya nggak lah boy. Makanya bilang boy. Sudahklah selesaikan tugasmu, semangat boy.

B : Oke boy. Nantilah selesai ini kita cari solusi

A : Oke boy.

Siswa kembali fokus mengerjakan tugasnya

"Antisipasi"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Di sekolah terdapat 2 orang siswa yang membicarakan tentang tugas akhir

A : (Panggil nama) kamu sudah tahu tugas akhir kita di kumpulkan minggu depan?

B : Iya sudah tahu, kenapa emang?

A : Kamu sudah dapat bahan materinya?

B : Belum, belum sempat cari, kamu sudah?

A : Belum juga, gimana kalo nanti sore kita cari bahannya sekalian kita ngerjain bareng-bareng

B : Emm, hari ini kan hari sabtu, besok juga libur sekolah, mending kita nongkrong aja giamana?

A : Iya sih, tapi apa kita enggak baiknya nyiapin dari awal biar gak kerepotan nanti kalo sudah deket mau dikumpulin tugasnya. Gimana menurutmu?

B : Bener juga apa katamu, gimana kalo nanti sore kita cari bahan dan ngerjain bukan dirumah tapi di café deket kota itu gimana?

A : Bagus juga tuh idemu, nanti bawa laptopmu ya

B : Oke siap. Nanti aku jemput kamu jam 4 sore ya

"Berjalan Bersama"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Didalam ruangan osis ketika ketua sebuah acara berbicara kepada salah satu panitia acara.

A : **(memanggil nama)** bagaimana yang kemaren udah beres?

B : Begini masalahnya Cuma aku yang jalan yang lain susah banget. Alesan terus gimana mau selesai coba.

A : Loh gimana sih kan itu sudah tanggung jawabmu sama divisimu kan kamu ketua divisinya. Coba deh di atur gimana biar bisa jalan. Kalo itu gak selesai ini cara gak bisa jalan. Tolong dong tanggung jawabnya.

B : (**sembari menggaruk kepala)** coba deh jangan coma ngomong doing bantuin ngomong ke mereka kek biar mereka mau jalan. Kalo Cuma aku mereka itu gak mau dengerin kalo kamu bantuin mereka pasti masih dengerin dan mau jalan.

A : Emang kamu udah ngomong ke mereka udah ngumpul sama mereka biar bisa bagi tugas dan jalan semua?

B : Belum sih gini aja gak di dengerin gimana mau ngomong dan ngumpul bareng coba?

A : Nah itu dia kamu aja gak pernah ngajak ngobrol bareng sama meraka langsung gimana mereka mau dengerin kamu coba?

B : Nah iya tapi gimana udah terlanjur begini.

A : (**marah)** terlanjur begini terus gak mau jalan semua gituh?.

B : Iyah-iyah iyah sudah gini deh aku minta bantuan kamu buat bantuin ngomong sama mereka besok kita kumpul di gazebo sekolah nanti aku samperin mereka satu-satu habis pelajaran selesai gimana?

A : Oke kalo gituh tapi pastikan kamu benar-benar samperin mereka dan kasih tau mereka dan pastiin mereka besok mau dating.

B : Iyah pasti besok mereka mau dating aku pastiin deh

A : Yaudah kalo gituh aku harap tanggung jawabmu kamu laksanakan baik-baik ini acara tahunan kita loh. Tanpa divisimu jalan acara ini gak bakal bisa jalan.

B : Iyaaahh siap pak ketua **(hormat sambil tersenyum)**

A : Oke deh kalo gituh aku balik ke kelas dulu udah mau ganti pelajaran.

"Kamu Kenapa?"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Ketika di sebuah lorong kelas terdapat dua siswa sedang berbincang.

A : **(memanggil nama)** kamu kemana aja sihgak pernah keliatan di sekolah?

B : **(menunduk diam tanpa menimpali)**

A : Kalo kamu ada masalah cerita geh kalo emang aku gak bisa kasih soslusi minimal aku bisa jadi pendengar yang baik buat kamu.

B : Aku malu kalo cerita ini sama orang lain aku takut di ejek.

A : Kamu gak percaya sama sahabatmu sendiri kita kenal gak baru beberapa bulan loh.

B : Bukannya gituh aku takut ngerepotin kamu juga.

A : Ngerepotin? Kamu lebih ngerepotin kalo ngilang dan diem gini tau gak.

B : **(menunduk)** iyah-iyah maaf.

A : Yasudah jangan maaf-maaf aja cerita geh.

B : **(sambil menangis)** papah aku di keluarin dari kerjanya udah lama tapi aku baru tau sekarang. Dan aku gak bisa bayar sekolah udah nunggak 2 bulan. Kata guru sebisa mungkin harus secepatnya buat bayar sekolah. Apa lagi bntar lagi udah mau ujian.

A : Serius? Emang dari kemaren orang tuamu gak cerita? Terus kamu ngilang kemana aja?

B : Enggak baru tau aku. Aku nyoba cari duit sendiri.

A : Dimana? Kerja? Kamu kerja tapi gak masuk sekolah sama aja boong.

B : Terus harus gimana coba? **(masih dengan menangis)**

A : Udah deh gini aja aku temenin ngomong ke guru kalo perlu kita ketemu kepala sekolah. Kalo emang gak ngasih solusinya ntar aku ngomong ke orang tua ku siapa tau bisa bantu.

B : Udah gak usah aku gak mau ngerepotin orang lain.

A : Itu lagi? Aku bakal lebih marah kalo kamu bersikap gituh. Semua itu bisa di selesein. Jangan sembrono. Udah deh kita ke guru sekarang biar di cari solusinya ya?

B : Iyah deh iyah kita ke guru sekarang.

A : Nah gituh dong. Yok

B : Yok **(sesenggukan sambil senyum)**

"Berkata Jujur"

Tokoh : Dinda dan Tetangga

Dinda sedang berdiri di depan gang. Ia tampak gelisah lantaran seseorang yang ditunggu tak kunjung datang. Seorang tetangga tak sengaja berpapasan saat akan masuk gang. Melihat ekspresi Dinda yang tampak kebingungan, ia pun mengahampiri.

Tetangga : Nak, kamu sedang apa disini? Menunggu seseorang?

Dinda : Eh, Nenek. Ia nih nek, saya sedang menunggu teman menjemput. Ada tugas kelompok dari sekolah.

Tetangga : Kenapa tidak menunggu di rumah saja?

Dinda : Hmm... itu nek. Ada Ayah di rumah. Saya takut.

Tetangga : Takut kenapa?

Dinda : Sebenarnya yang jemput saya ini teman laki-laki. Saya takut kalau Ayah tahu saya dijemput teman laki-laki nanti Ayah mikir macam-macam. Tadi saja saya terpaksa harus berbohong kalau saya kerja kelompok menuju rumah teman dengan naik angkutan umum.

Tetangga : Benar mau mengerjakan tugas kelompok?

Dinda : Tentu benar nek. Saya tidak berbohong.

Tetangga : Kalau begitu kenapa harus takut? Bukankah lebih baik jika kamu menjelaskan kepada Ayahmu yang sebenarnya. Nenek yakin Ayahmu tidak akan marah.

Dinda : Nenek tidak tahu Ayahku seperti apa. Beliau pasti marah dan mikir macam-macam kalau tahu ada teman laki-laki datang ke rumah. Apalagi sampai mengajak ku pergi keluar rumah.

Tetangga : Sudah kamu coba?

Dinda : Belum sih.

Tetangga : Kalau belum dicoba, bagaimana kamu bisa tahu? Lagi pula bukankah alasanmu pergi dengannya merupakan kegiatan positif? Bagaimana mungkin Ayahmu melarangnya?

Dinda : Iya juga sih Nek. Apa aku sebaiknya pulang saja dan coba menjelaskan itu kepada Ayah ya?

Tetangga : Itu lebih bagus. Sebaiknya sekarang kamu telfon teman mu, suruh dia jemput kamu di rumahmu. Akan lebih bagus jika teman mu ikut meminta ijin untuk mengajakmu pergi.

Dinda : Baiklah Nek kalau begitu. Saya coba ikuti saran dari Nenek. Terimakasih banyak ya Nek.

Tetangga : Iya. Sama-sama.

"Keberanian"

Tokoh : Bima dan Reno

Sudah 3 hari ini Bima tidak masuk sekolah tanpa alasan. Teman sebangkunya Reno, berinisiatif untuk datang ke rumah Bima.

Bima : Silahkan masuk dulu Ren. Tumben kamu kesini? Ada perlu apa?

Reno : Tentu aku ingin bertemu denganmu. Sudah 3 hari ini kamu tidak masuk sekolah tanpa kabar. Aku kira kamu sakit. Tapi sepertinya kamu baik-baik saja.

Bima : Oh, jadi begitu. Maaf sudah merepotkanmu. Ngomong-ngomong, apa ada yang menyuruhmu datang kesini?

Reno : Tidak juga. Aku kesini atas dasar kemauanku sendiri. Kebetulan hari ini sekolah dipulangkan lebih awal. Jadi aku berfikir untuk mampir sebentar menjengukmu.

Bima : Sepertiya kamu cukup perhatian denganku. Memang betul aku tidak sedang sakit. Ada alasan tersendiri kenapa aku tidak masuk sekolah.

Reno : Apa kamu ada masalah?

Bima : (diam dan tampak sedih)

Reno : Baiklah aku mengerti. Sepertinya itu masalah yang cukup berat. Tidak masalah jika kamu tidak bisa mengatakannya padaku. Aku sudah cukup lega setelah tahu kamu dalam keadaan sehat. Kalau begitu aku pamit dulu. Aku berharap bisa bertemu lagi denganmu besok di sekolah.

Bima : Sepertinya aku bisa mengandalkanmu. Bolehkah aku berbagi cerita denganmu? Ini mengenai alasan kenapa aku tidak berani datang ke sekolah.

Reno : Tentu saja. Bukankah kita teman. Aku sangat senang jika kamu mau berbagi keluh kesah denganku.

Bima : Ini mengenai uang kas kelas. Aku bersalah telah menggunakannya untuk kepentingan pribadiku. Saat ini aku sedang memikirkan bagaimana caranya bisa mengembalikan uang itu. Aku takut ada yang menanyakan itu saat di kelas.

Reno : Oh, jadi itu permasalahannya. Bukankah itu hal yang mudah. Kamu cukup bertanggungjawab untuk mengembalikannya.

Bima : Tentu. Tentu saja aku akan mengembalikannya. Hanya saja aku butuh waktu.

Reno : Kalau begitu kamu harus mengatakannya kepada teman-teman. Aku yakin mereka akan memaklumi itu asalkan kamu berjanji akan bertanggungjawab dan tidak mengulanginya lagi.

Bima : Kamu yakin ini akan berhasil?

Reno : Tentu saja. Baiklah kalau begitu. Aku tunggu kamu di sekolah besok.

Bima : Oke. Aku aku masuk besok, dan segera menyelesaikan masalah ini. Bagaimanapun juga ini salahku. Aku harus bertanggungjawab. Terimakasih banyak atas saranmu.

"Pemalu"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Diruang kelas terdapat teman sebangku A dan B yang sangat akrab. Tepatnya saat jam istirahat A sedang keluar kelas, sedangkan B sedang duduk meratap di bangkunya.

A : Ayo kita beli-beli.

B : Tidak, aku di dalam kelas saja **(dengan wajah yang murung)**

A : Ayo sudah, ngapain kau di kelas sendirian.

B : Tidak. Sanalah pergi beli jajan.

A : Iya **(pergi ke luar kelas)**

B : **(Menghela nafas dan melihat lingkungan kelas. Kemudian diam-diam B membongkar tas A hendak mencuri uang)**

Bel masuk kelas berbunyi

A : **(Masuk kelas. Kemudian mengecek tasnya. Seketika kaget karena uang 50.000 nya tidak ada di dalam tas) B**, kau tau uangku 50.000 di dalam tas tidak?

B : Nggak tau **A (dengan rasa takut dan cemas)**

A : Betulan kah kau gak tau?

B : Iya, aku tidak tau.

A : **(berteriak)** Woy teman siapa yang mencuri uangku di dalam tasku.

B : **(Diam dan keringet dingin)**

A : Kalau tidak ada yang mengaku, Aku mengadu ke Pak guru dan Bapakku. Kalian semua tau kan Bapakku Polisi tau, kalian mau di penjara? Cepat ngaku woy.

B : **(Tiba-tiba mencolek pantat A)** Aku tau siapa yang mencuri **(bisik-bisik)**

A : Siapa? Katakan cepat.

B : Aku yang mengambil uangmu di tas.

A : **(kaget)** kenapa kau ambil uangku?

B : Tenang… tenang. Sebenarnya aku tidak ada uang hari ini dan perutku sangat lapar **A**, aku malu mau meminjam apalagi meminta sama kau.

A : Kenapa kau nggak bilang?

B : Aku tuh malu.

A : Kenapa mesti malu **B**. Kita kan sudah kenal lama sih.

B : Iya. Maafkan aku **A**, aku terpaksa mengambil uangmu.

A : Iya santailah. Lain kali jangan kau ulangi. Kalau kau butuh bilang aja, nanti ku bantu.

B : Baiklah **A**.

A : Ya sudah. Nanti kita makan ya jam istirahat kedua.

B : Oke (Bersalaman) Maafkan aku ya sahabat.

"Terlalu Pesimis"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Dilapangan sepak bola, B yang hendak latihan datang tidak membawa sepatu. Kemudian A menghampirinya.

A : Mana sepatumu?

B : Hari ini aku tidak bisa ikut latihan.

A : Loh loh kenapa?

B : Relax, I'm fine. Sanalah latihan nanti kau dimarah coach.

A : **(Pergi latihan)**

B : **(Semakin bad mood. Melihat teman-temannya latihan)**

Latihan selesai. A kembali menghampiri B.

A : Ada apa dengan kau hari ini? Barusan coach Tanya kamu, dia bilang "Itu kenapa **B** tidak latihan".

B : Aku bad mood hari ini.

A : Hahaha. Kau ini kayak cewek aja pakai bad mood segala.

B : Kenapa kau ketawa? Tidak ada yang lucu disini **(Marah)**. Sebenarnya begini, aku tidak diberikan lagi main sepak bola.

A : Loh loh loh kenapa? Sebentar lagi kita ada liga pelajar. Kau harus ikut, kalau kau tidak ikut siapa kiper kita nanti? Kau ingat kan bagaimana perjuangan Wakabayasi untuk mengalahkan sakitnya.

B : Iya aku tau itu. Tapi Wakabayasi beda dengan aku.

A : Kau kenapa? Ngomong dong.

B : Sebenarnya aku tidak diizinkan lagi bermain sepak bola. Karena aku tidak pernah belajar dan hasil nilai ulangan harianku jelek.

A : Ah, hanya karena itu. Kau harus ikut pokoknya. Kau bilang sama orang tuamu dan kau berjanji akan belajar dan nilaimu akan bagus.

B : Tapi aku gak berani.

A : Gak apa-apa. Lelaki itu harus berani.

B : Baiklah nanti aku bilang. Terimakasih atas dukungannya. Doakan agar aku bisa ikut Liga Pelajar dengan restu orang tuaku.

"Kepergok Papa"

Tokoh : A (Siswa); B (Siswa)

Disebuah jalan raya Si A sedang menangis. Tanpa disengaja Si B datang dengan membawa sepeda motornya, kemudian Si B menghampiri.

A : (Menangis dan berteriak sambil berlari) Tolong…tolong.

B : Woy **A** kenapa?

A : Tolong antar aku

B : Kemana?

A : Tidak usah banyak tanya.

B : Ayo naik.

Mereka berdua berjalan menuju kantor Polisi dengan menaiki sepeda motor sambil bercerita.

B : Kau ini kenapa menangis?

A : Aku abis dipukulin Papaku gara-gara aku ketahuan merokok. Tapi kau janji ya jangan cerita sama teman-teman kalau aku dipukulin Papaku.

B : Nah itu salahmu kan, bukan salah Papamu dong. Kau masih sekolah tidak boleh merokok.

A : Ya, tapi jangan juga main pukul begitu sama anaknya sendiri.

B : Itu tanda kalau Papamu sayang sama kamu. Sudah kita tidak usah ke kantor Polisi. Lebih baik kita balik ke rumah mu aja, kau minta maaf kalau kau tidak merokok lagi.

A : (Berpikir)

B : Kenapa kau diam. Kau mau Papamu di penjara kalau kita ke kantor Polisi?

A : Iya juga ya, tumben kau cerdas hari ini

B : Wakakaka Aku ya begitu kau aja yang baru tau

A : Ayo sudah kita ke rumah. Kau temani aku ya

B : Baiklah.

A : Thank you

LAMPIRAN NASKAH SESI 2 *(SURVIVAL)*

ILUSTRASI CERITA

"Sebuah kelompok melakukan perjalanan ke sebuah tujuan. Dalam perjalanan mereka diberhentikan petugas karena jalan yang mereka lalui tertutup oleh longsor sehingga mereka harus menempuh jalur lain. Jalur yang akan mereka tempuh melewati hutan lebat dimana dalam hutan tersebut masih banyak terdapat hewan buas dan ditengah hutan terdapat sebuah sungai yang jembatannya roboh. Untuk sampai pada tujuan mereka memerlukan waktu 3 hari."

Alur rencana yang disusun meliputi:

1. Melewati hutan
2. Menemukan jembatan roboh
3. Sudah 2 hari berjalan tanpa makan sehingga kelompok merasakan kelaparan
4. Bertemu hewan buas
5. Sampai tujuan

Karakter 1

(Perhatian: *care* terhadap temannya, tidak bisa melihat temannya kesusahan)

Karakter 2

(Pemarah: mudah tersinggung, egois, menang sendiri)

Karakter 3

(Ceria: humoris, tidak mudah bersedih)

Karakter 4

(Cerdas: pemikir, bisa memecahkan masalah)

Karakter 5

(Kreatif: mempunyai ide yang banyak, imajinasi)

LAMPIRAN NASKAH SESI 4 *(STUDENT STORY)*

Naskah I

1. Judul : rendah diri tanda tak mampu
2. Sasaran : Siswa
3. Waktu : 15 menit
4. Prosedur :
   i. Fasilitator memberikan kesempatan kepada salah satu kelompok yang terdiri dari 5 siswa untuk ditampilkan
   ii. Satu siswa memainkan peran sebagai seorang guru dan empat lainnya sebagai siswa yang sering tidak percaya diri. Ketika didalam kelas guru menugaskan siswa untuk presentasi didepan kelas, tetapi karena keempat siswa ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, maka presentasi mereka pun kacau. Setelah pelajaran selesai guru mencoba untuk mengajak bicara ke 4 siswa ini, apa yang menjadi permasalahan mereka sehingga presentasi mereka sangat buruk, selain itu guru juga sering melihat keempat siswa tidak ikut bermain dengan teman-temannya. Akhirnya keempat siswa menjelaskan bahwa mereka merasa rendah ridi kalau bersama teman-teman mereka dan guru kemudian memberikan solusi terkait masalah tersebut.
   iii. Siswa yang lain memperhatikan penampilan teman mereka yang ada didepan.
5. Pertanyaan Reflektif:
   a. Pemahaman terkait peran yang ditampilkan
      - Adegan apa yang telah ditampilkan?
      - Peran apa saja yang ditampilkan tersebut?
   b. Pemahaman terkait nilai dalam cerita
      - Bagaimana perasaan kamu ketika bermain?
      - Apa makna dari cerita yang sudah dimainkan?
      - Bagaimana caranya biar tidak merasa minder?

Naskah 2

1. Judul : Belajar keras
2. Sasaran : Siswa
3. Waktu : 15 menit
4. Prosedur:
   a. Fasilitator memberikan kesempatan kepada salah satu kelompok yang terdiri dari 5 siswa untuk ditampilkan
   b. Satu siswa memainkan peran sebagai seorang anak yang sedang belajar dirumah, dan 4 siswa yang lainnya memainkan peran sebagai teman yang ingin mengajak untuk bermain. Tetapi siswa yang melajar ini tidak mau untuk pergi bermain karna masih banyak pekerjaan rumah yang hars diselesaikan. Tetapi 4 temannya ini terus saja merayu agar ikut bermain. Dan siswa yg belajar ini masih terus menolak dengan bahasa yang bagus, ia kemudian memberikan sedikit nasehat kepada teman-temannya pentingnya belajar untuk meraih cita-cita dan kehidupan yang layak. Akhirnya ke 4 siswa itu pun mulai tersadarkan dan mulai mau untuk belajar.
   c. Siswa yang lain memperhatikan penampilan teman mereka yang ada didepan.
5. Pertanyaan Reflektif:
   a. Pemahaman terkait peran yang ditampilkan
      - Adegan apa yang telah ditampilkan?
      - Peran apa saja yang ditampilkan tersebut?
   b. Pemahaman terkait nilai dalam cerita
      - Bagaimana perasaan kamu ketika bermain?
      - Apa makna dari cerita yang sudah dimainkan?
      - Bagaimana solusi yang tepat untuk permasalahan yang ada dalam cerita?

Naskah 3

1. Judul : Bolos yuk
2. Sasaran : Siswa
3. Waktu : 15 menit
4. Prosedur:
    a. Fasilitator memberikan kesempatan kepada salah satu kelompok yang terdiri dari 5 siswa untuk ditampilkan
    d. Satu siswa memainkan peran sebagai siswa yang baik, dan 4 lagi sebagai siswa yang ingin mengajak membolos. Tetapi siswa yang baik ini tidak mau untuk pergi membolos karna dia paham bahayanya membolos dan pentingnya sekolah untuknya. Tetapi 4 temannya ini terus saja merayu agar ikut membolos. Dan siswa yg belajar ini masih terus menolak dengan bahasa yang bagus, ia kemudian memberikan sedikit nasehat kepada teman-temannya pentingnya belajar dan sekolah untuk meraih cita-cita dan kehidupan yang layak. Akhirnya ke 4 siswa itu pun mulai tersadarkan dan mulai mau untuk belajar dan masuk sekolah.
    b. Siswa yang lain memperhatikan penampilan teman mereka yang ada didepan.
5. Pertanyaan Reflektif:
    a. Pemahaman terkait peran yang ditampilkan
        - Adegan apa yang telah ditampilkan?
        - Peran apa saja yang ditampilkan tersebut?
    b. Pemahaman terkait nilai dalam cerita
        - Bagaimana perasaan kamu ketika bermain?
        - Apa makna dari cerita yang sudah dimainkan?
        - Bagaimana solusi yang tepat untuk permasalahan yang ada dalam cerita?

Naskah 4

1. Judul : Sahabat Terbaik
2. Sasaran : Siswa
3. Waktu : 15 menit

4. Prosedur:

a. Fasilitator memberikan kesempatan kepada salah satu kelompok yang terdiri dari 5 siswa untuk ditampilkan

b. Satu siswa memainkan peran sebagai seorang sahabat yang membantu temannya mengalami konflik, siswa yang lainnya memainkan peran sebagai teman yang sedang konflik dalam persahabatan.

c. Siswa yang lain memperhatikan penampilan teman mereka yang ada didepan.

c. Pertanyaan Reflektif:

d. Pemahaman terkait peran yang ditampilkan

- Adegan apa yang telah ditampilkan?
- Peran apa saja yang ditampilkan tersebut?

e. Pemahaman terkait nilai dalam cerita

- Bagaimana perasaan kamu ketika bermain?
- Apa makna dari cerita yang sudah dimainkan?
- Bagaimana solusi yang tepat untuk permasalahan yang ada dalam cerita?

Lampiran 5. Identitas Subjek Penelitian Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

No.	Subjek	Jenis Kelamin	Usia	Kelas	Jenis Kelompok
1	NW	P	17	XI	Experimen
2	KD	P	17	XI	Experimen
3	IR	P	16	XI	Experimen
4	NMA	P	16	XI	Experimen
5	FA	P	16	XI	Experimen
6	A	P	17	XI	Experimen
7	SRK	P	17	XI	Experimen
8	SS	P	16	XI	Experimen
9	MRB	P	16	XI	Experimen
10	T	P	17	XI	Experimen
11	ZZ	L	17	XI	Experimen
12	UAK	L	18	XI	Experimen
13	A	L	17	XI	Experimen
14	AHS	L	16	XI	Experimen
15	U	L	18	XI	Experimen
16	AN	L	18	XI	Experimen
17	F	L	16	XI	Experimen
18	ROW	L	18	XI	Experimen
19	RSA	L	17	XI	Experimen
20	FK	L	17	XI	Experimen
No.	Subjek	Jenis Kelamin	Usia	Kelas	Jenis Kelompok
1	N	P	16	XI	Kontrol
2	TR	P	17	XI	Kontrol
3	FAF	P	17	XI	Kontrol
4	RS	P	16	XI	Kontrol
5	L	P	18	XI	Kontrol
6	Z	P	17	XI	Kontrol
7	E	P	17	XI	Kontrol

8	UK	P	16	XI	Kontrol
9	KHL	P	16	XI	Kontrol
10	MA	P	16	XI	Kontrol
11	ASM	P	16	XI	Kontrol
12	BH	P	16	XI	Kontrol
13	ES	L	18	XI	Kontrol
14	MDR	L	17	XI	Kontrol
15	F	L	18	XI	Kontrol
16	NS	L	17	XI	Kontrol
17	BHS	L	16	XI	Kontrol
18	GH	L	17	XI	Kontrol
19	HM	L	17	XI	Kontrol
20	R	L	16	XI	Kontrol

Lampiran 6. ***Inform Consent***

Kepada

Yth. Sdr : _____

Di Tempat

Seperti saudara ketahui, saat ini saya atas nama **NISA KURNIATI**, Mahasiswi Magister Psikologi Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Malang sedang melaksanakan penelitian Tesis dengan judul "Metode Bermain Peran dengan Teknik *Outbound* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa" Dalam hal ini, kerjasama yang saya harapkan dari saudara adalah kesediaan menjadi subjek atas inisiatif dan tanpa adanya paksaan. Segala hal yang berkaitan dengan rahasia Saudara tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum atau siapapun dan semata-mata hanya untuk kepentingan penelitian.

Dalam Penelitian ini nantinya saudara saya minta untuk berpartisipasi dalam beberapa pertemuan untuk melakukan kegiatan bermain peran dengan teknik *outbound* dengan memberikan naskah drama, selain itu harapan saya agar saudara bisa terbuka mengenai apa yang saudara rasakan ketika diadakan diskusi ataupun penggalian informasi dalam bentuk tanya jawab. Keuntungan yang akan saudara peroleh adalah saudara akan dapat mengetahui lebih mendalam tentang permasalahan terkait tema penelitian yang saat ini diangkat. Selain itu, saudara dapat mengikuti serangkaian kegiatan yng menarik yang akan bermanfaat bagi saudara.

Dengan menandatangani lembar ini, diartikan bahwa saudara telah memahami perihal dalam penelitian ini dan menerima segala hal yang menyangkut pelaksanaannya sebagai subjek. Jika ada hal yang ingin didiskusikan lebih lanjut, saudara bisa langsung menyampaikan kepada peneliti atau menghubungi ke nomor **081352791220** atau email nisakurniati80@gmail.com. Atas kerjasama yang baik dari saudara saya sampaikan terima kasih.

Malang, 06 Maret 2019

Mengetahui: Peneliti,	Peserta
Nisa Kurniati Nim. 20171044211024	…….

Lampiran 7. Skala *College Self – Ekspression Scale (CSES)*

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dengan hormat,

Saya Nisa Kurniati, mahasiswi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Sehubungan dengan penelitian yang saya lakukan guna menunjang pemenuhan tugas akhir mata kuliah (Tesis), saya mengharapkan kesediaan saudara/saudari dalam memberikan data atau informasi sebagai maksud dalam penelitian ini. Hasil dari pengisian skala ini benar-benar hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah dan tidak ada kaitannya dengan prestasi anda di sekolah. Oleh karena itu, saudara tidak perlu ragu-ragu dalam menjawab pernyataan yang telah tersedia. Tidak ada jawaban yang benar atau salah dan kami menjamin kerahasiaan jawaban yang saudara berikan.

Atas bantuan dan partisipasi yang telah saudara berikan, sebelum dan sesudahnya saya ucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Hormat saya,

Nisa Kurniati

PERNYATAN KESEDIAAN

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

Umur :

Jenis Kelamin :

Status :

Dengan ini saya menyatakan bahwa, saya mengisi skala ini tidak dengan paksaan atau tekanan dari pihak tertentu. Melainkan mengisinya dengan suka rela demi membantu terwujudnya penelitian ilmiah ini.

Semua jawaban yang saya berikan merupakan murni dari apa yang saya alami bukan berdasarkan pada pandangan orang lain pada umumnya dan saya mengizinkan bahwa jawaban saya tersebut dapat dipergunakan sebagai data untuk penelitian ilmiah ini.

Malang, …..... Februari 2019
Menyetujui

(.....)
Nama Dicantumkan

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah dan pahami pada setiap masing-masing pernyataan. Skala ini bersifat sangat pribadi dan dijaga kerahasiaannya, oleh sebab itu dimohon anda dapat mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda check list (√) pada salah satu jawaban yang tersedia.

Adapun pilihan jawabannya sebagai berikut :

5 : Jika jawaban pernyataan "Selalu" anda lakukan
4 : Jika jawaban pernyataan "Sering" anda lakukan
3 : Jika jawaban pernyataan "Kadang-kadang" anda lakukan
2 : Jika jawaban pernyataan "Jarang" anda lakukan
1 : Jika jawaban pernyataan 'Tidak Pernah' anda lakukan

CONTOH CARA MENGERJAKAN

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		1	2	3	4	5
1.	Saya membentak teman ketika saya mengajaknya berbicara tapi tidak menghiraukan kata-kata saya					√

Jika anda keliru mengisi dan mau mengganti jawaban, maka cara memperbaikinya adalah sebagai berikut :

Anda dapat memberikan tanda (X) pada pilihan jawaban pertama dan kemudian anda dapat memberikan tanda check list (√) pada jawaban yang anda anggap paling sesuai.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		1	2	3	4	5
1.	Saya membentak teman ketika saya mengajaknya berbicara tapi tidak menghiraukan kata-kata saya			√		X

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1.	Jika saya sedang belajar dan teman saya membuat kegaduhan, saya berani meminta meeka untuk berhenti membuat kegaduhan					
2.	Jika saya sedang marah kepada orang tua saya, saya dapat mengutarakan kemarahan kepada orang tua saya					
3.	Jika orang tua tidak menyukai dan seringkali mengkritik teman dekat saya, saya mampu berbicara kepada orangtua tentang ketidaksetujuan saya dan memberitahukan kelebihan teman dekat saya kepada orangtua					
4.	Jika teman saya memakan makanan saya tanpa ijin, saya mampu menunjukkan rasa ketidaksukaan saya kepadanya					
5.	Ketika sedang mengikuti seminar dan seorang narasumber memberikan pendapat yang menurut saya salah, saya berani untuk menanyakannya					
6.	Saya akan mengambil inisiatif untuk memulai pembicaraan kepada seseorang yang membuat saya tertarik atau memberikan perhatian kepada saya					
7.	Jika seseorang yang saya hargai menyampaikan pendapat yang berlawanan dengan saya, saya berani mengungkapkan pendapat					
8.	Saya dapat menolak jika ada seorang teman yang meminta satu hal yang tidak dapat saya penuhi,					
9.	Saya mampu menunjukkan ketidaksukaan jika seseorang yang saya hargai melakukan hal yang mengganggu					
10.	Saya mampu menyampaikan keinginan saya kepada orangtua jika kedua orangtua meminta untuk berlibur bersama sedangkan saya telah membuat rencana lain yang cukup penting					
11.	Saya mampu menunjukkan rasa marah ataupun rasa tidak nyaman kepada lawan jenis					

12.	Saya akan menegur jika ada seseorang dengan terang-terangan bertindak tidak adil					
13.	Saya akan menghindari kontak sosial karena takut melakukan atau berkata-kata yang tidak tepat sehingga dapat menyakiti perasaan orang lain					
14.	Saya mampu menunjukkan rasa keberatan jika seseorang bertindak usil kepada saya hingga melewati batas					
15.	Jika saya datang terlambat dalam menghadiri suatu pertemuan, saya berani untuk maju dan menempati kursi paling depan meski akan mengundang perhatian banyak orang					
16.	Saya berani untuk menunjukkan kekecewaan ketika saya telah berjanji untuk pergi keluar bersama teman dan tanpa disengaja teman saya membatalkannya					
17.	Jika teman saya memakan makanan saya tanpa ijin, saya akan mengekspresikan rasa tidak suka padanya					
18.	Ketika dibioskop ada seseorang yang terus menerus menendangi bagian belakang kursi saya, saya akan memintanya berhenti melakukannya					
19.	Jika orangtua saya memberikan batas maksimal jam malam yang terlalu awal, saya berani untuk membicarakannya agar orangtua saya setuju untuk merubahnya					
20.	Jika seorang teman mengkritik tanpa dasar dan alasan yang jelas, saya akan menyampaikan keberatan kepadanya					

******** SEMOGA SUKSES ********

Lampiran 8. Lembar Observasi

Lembar Observasi

Nama	
Usia	
Jenis Kelamin	
Perilaku Asertif	**Skor**
Ketegasan Positif 1. Menyampaikan pendapat 2. Mengutarakan perasaan 3. Mengekspresikan perasaan cinta, kasih sayang, kekaguman, persetujuan, penerimaan dan kesepakatan	
Ketegasan Negatif 1. Perasaan marah yang dibenarkan 2. Menyampaikan ketidaksepakatan, ketidakpuasan dan kejengkelan	
Penyangkalan Diri 1. Terlalu banyak meminta maaf 2. Interaksi yang berlebihan 3. Kecemasan pribadi	

4. Kekhawatiran berlebihan terhadap perasaan orang lain	
Jumlah Skor	

Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *College Self – Expression Scale (CSES)*

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	82	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	82	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.881	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00006	59.9878	133.271	.571	.872
VAR00008	61.3293	139.187	.386	.878
VAR00013	60.0366	135.196	.575	.873
VAR00016	61.2683	132.841	.528	.874
VAR00021	61.2805	136.254	.461	.876
VAR00022	60.5366	140.276	.336	.880
VAR00023	60.3171	140.170	.433	.877
VAR00027	60.2317	133.909	.580	.872
VAR00028	60.3171	133.577	.626	.871
VAR00029	60.3537	137.886	.364	.880
VAR00030	60.3293	135.582	.494	.875
VAR00032	60.0854	135.338	.624	.872
VAR00033	60.0854	135.338	.624	.872
VAR00038	59.7683	134.773	.567	.873
VAR00039	61.7439	139.995	.342	.880
VAR00040	60.5854	134.517	.522	.874
VAR00041	61.0854	135.635	.515	.874
VAR00042	60.9512	135.504	.364	.881
VAR00046	60.7317	134.594	.413	.879
VAR00048	60.1098	136.074	.605	.872

Lampiran 10. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Data *Pre-test* Responden Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

KELOMPOK EKSPERIMEN

Nama/Inisial	Usia	Jenis Kelamin	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Jumlah	Tscore	Kategori
Nurul Widianti	17 tahun	Perempuan	4	1	3	1	3	2	3	3	4	4	5	3	4	4	3	1	1	3	1	4	57	47.91	Rendah
Zam - zam	17 tahun	Laki - Laki	3	1	3	3	1	5	5	5	3	4	4	5	5	5	4	4	1	4	5	4	74	66.81	Tinggi
Umar A. K.	18 tahun	Laki - Laki	5	1	3	1	3	3	4	5	2	4	1	1	1	1	1	3	1	5	3	5	53	43.47	Rendah
Alwi	17 tahun	Laki - Laki	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	5	1	4	2	2	1	5	4	4	4	45	34.58	Rendah
Arif Hidayatus Sufyan	16 tahun	Laki - Laki	5	1	1	1	4	4	4	2	3	4	1	2	4	1	4	5	2	1	1	1	51	41.24	Rendah
Usama	18 tahun	Laki - Laki	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	62	53.47	Tinggi
Khusnud Dawa	17 tahun	Perempuan	5	1	2	1	2	4	3	5	4	1	4	5	4	5	3	3	1	1	1	4	59	50.14	Tinggi
Alfian Nur	18 tahun	Laki - Laki	2	4	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	52	42.36	Rendah
Ida Rismayanti	16 tahun	Perempuan	4	2	1	3	2	5	2	5	4	1	3	4	1	5	1	5	4	4	1	5	62	53.47	Tinggi
Nurul M.A.	16 tahun	Perempuan	5	3	1	1	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	80	73.47	Tinggi
Farrel	16 tahun	Laki - Laki	4	3	1	2	3	2	4	5	5	2	4	5	3	4	5	2	1	3	1	3	62	53.47	Tinggi
Fadhilillah Anjani	16 tahun	Perempuan	5	3	5	1	4	5	4	5	5	2	5	5	4	5	3	1	1	5	5	5	78	71.25	Tinggi
Rixfando Orlan William	18 tahun	Laki - Laki	3	2	1	3	3	1	2	3	2	3	1	3	1	3	4	5	2	1	3	4	50	40.13	Rendah
Ajeng	17 tahun	Perempuan	5	2	5	1	3	5	5	3	4	5	3	5	1	5	5	3	1	1	5	1	68	60.14	Tinggi
Rachmadi Suryono Adipr	17 tahun	Laki - Laki	2	1	4	4	2	3	5	5	2	2	2	3	1	4	2	2	4	3	1	5	57	47.91	Rendah
Safira Ramadhanti Kurni	17 tahun	Perempuan	5	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	2	4	3	3	64	55.69	Tinggi
Syazwina Salma	16 tahun	Perempuan	4	1	3	1	2	5	3	3	4	5	3	4	4	3	2	2	1	5	4	2	61	52.36	Tinggi
Maharani Rasendriya B.	16 tahun	Perempuan	3	2	3	1	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	2	1	2	3	3	56	46.80	Rendah
Tiara/Irham Sanjaya	17 tahun	Perempuan	3	1	1	5	1	2	3	3	4	2	5	4	4	5	1	2	5	1	1	2	55	45.69	Rendah
Faisal Kamarudin	17 tahun	Laki - Laki	3	1	2	2	3	4	3	4	2	2	2	5	2	5	1	3	2	5	1	5	57	47.91	Rendah

KELOMPOK KONTROL

Najwa	16 tahun	Perempuan	1	1	1	1	3	4	2	5	2	1	3	2	4	2	5	4	3	1	1	3	49	39.02	Rendah
Titis Rosliandi	17 tahun	Perempuan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	5	5	3	5	4	3	2	5	2	71	63.47	Tinggi
Elvin Setiawan	18 tahun	Laki - Laki	5	1	2	1	2	4	4	2	3	2	4	5	1	4	5	5	1	4	1	2	58	49.02	Rendah
Fajriyah Anisa Fitri	17 tahun	Perempuan	2	3	4	1	1	4	5	4	2	5	4	3	4	2	2	1	1	1	3	1	53	43.47	Rendah
Muh. Danang R.	17 tahun	Laki - Laki	3	2	2	3	2	3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	66	57.92	Tinggi
Fauzan	18 tahun	Laki - Laki	3	2	2	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	64	55.69	Tinggi
Nanda Saputra	17 tahun	Laki - Laki	3	1	1	2	1	3	4	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	45	34.58	Rendah
Rima Sukma	16 tahun	Perempuan	4	2	4	4	3	1	3	1	4	2	5	4	5	4	4	3	3	1	1	4	62	53.47	Tinggi
Layyinah	18 tahun	Perempuan	4	1	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	48	37.91	Rendah
Zikriyah	17 tahun	Perempuan	3	1	3	1	2	3	4	4	3	1	3	2	2	3	1	3	1	1	3	2	46	35.69	Rendah
Erna	17 tahun	Perempuan	4	4	5	4	3	2	3	4	4	5	4	5	4	4	2	5	3	2	4	4	75	67.92	Tinggi
Uswatun Khasanah	16 tahun	Perempuan	5	2	5	1	4	4	5	4	2	4	3	4	3	5	1	2	1	1	1	4	61	52.36	Tinggi
Khofifah H. Lamahala	16 tahun	Perempuan	4	1	2	1	5	2	5	2	3	1	5	3	5	5	3	3	1	5	1	5	62	53.47	Tinggi
Buya Hamkah Saputra	16 tahun	Laki - Laki	3	1	3	2	4	3	4	3	3	1	2	5	3	3	2	2	2	4	1	5	56	46.80	Rendah
Maulydina Ardianti	16 tahun	Perempuan	5	2	2	1	3	4	4	4	3	3	4	5	3	5	2	4	1	5	1	3	64	55.69	Tinggi
Annisa S. Mewar	16 tahun	Perempuan	4	1	2	1	1	3	1	5	5	3	3	4	5	5	1	3	1	1	2	5	56	46.80	Rendah
Gustian Hafizh Hadid	17 tahun	Laki - Laki	5	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	63	54.58	Tinggi
Haura Muzaham	17 tahun	Laki - Laki	3	2	4	1	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	1	3	1	3	57	47.91	Rendah
Raka	16 tahun	Laki - Laki	1	1	3	1	1	2	1	4	2	4	2	2	5	3	2	2	1	5	2	2	46	35.69	Rendah
Bunga Hapsari/Ratna	16 tahun	Perempuan	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	65	56.80	Tinggi

Data *Post-Test* Responden Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

KELOMPOK EKSPERIMEN

Nama	Kriteria	is Kela	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Jumlah
Nurul Widianti	Rendah	P	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	75
Maharani Rasendriya B.	Rendah	P	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	66
Tiara/Irham Sanjaya	Rendah	P	3	2	2	5	2	3	4	3	4	3	5	5	5	4	1	2	5	5	1	3	67
Khusnud Dawa	Tinggi	P	5	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	5	3	3	3	3	3	4	4	67
Ida Rismayanti	Tinggi	P	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	4	2	4	63
Nurul M.A.	Tinggi	P	5	3	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	90
Fadhilillah Anjani	Tinggi	P	5	3	5	3	4	5	3	5	5	4	5	4	5	5	5	5	3	3	5	3	85
Ajeng	Tinggi	P	5	2	5	1	5	3	5	3	5	5	5	5	3	5	3	5	1	5	5	5	81
Safira Ramadhanti Kurnia P	Tinggi	P	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	65
Syazwina Salma	Tinggi	P	4	2	3	2	2	3	5	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	5	4	3	62
Zam - zam	Tinggi	L	4	4	5	5	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	5	4	5	79
Usama	Tinggi	L	3	2	3	5	3	3	3	3	4	3	5	5	5	3	4	3	3	3	3	3	69
Farrel	Tinggi	L	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	5	4	5	71
Umar A. K.	Rendah	L	3	1	5	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	60
Alwi	Rendah	L	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	68
Arif Hidayatus Sufyan	Rendah	L	5	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	4	65
Alfian Nur	Rendah	L	5	2	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	68
Rixfando Orlan William	Rendah	L	5	3	5	3	3	4	3	3	4	3	4	5	4	5	3	4	2	5	3	3	74
Rachmadi Suryono Adiputra	Rendah	L	3	1	4	4	2	2	4	5	3	2	2	4	3	3	2	3	4	3	3	5	62
Faisal Kamarudin	Rendah	L	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	5	2	5	1	3	2	5	1	5	68

KELOMPOK KONTROL

Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Jumlah
Najwa	1	1	1	1	3	4	2	5	2	1	3	2	4	2	5	4	3	1	1	3	49
Elvin Setiawan	4	3	3	2	4	4	3	3	4	2	4	3	4	4	5	3	3	3	3	3	67
Fajriyah Anisa Fitri	2	3	4	1	1	4	5	4	2	5	4	3	4	2	2	1	1	1	3	1	53
Nanda Saputra	4	5	4	4	5	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	67
Layyinah	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	5	3	3	3	2	3	3	2	3	56
Zikriyah	3	1	3	1	2	3	4	4	3	1	3	2	2	3	1	3	1	1	3	2	46
Buya Hamkah Saputra	3	1	3	2	4	3	4	3	3	1	2	5	3	3	2	2	2	4	1	5	56
Annisa S. Mewar	4	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	5	3	3	3	3	59
Haura Muzaham	3	2	4	1	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	1	3	1	3	57
Raka	1	1	3	1	1	2	1	4	2	4	2	2	5	3	2	2	1	5	2	2	46
Titis Rosliandi	4	4	3	2	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	85
Muh. Danang R.	5	3	3	5	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	78
Fauzan	3	2	2	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	64
Rima Sukma	4	2	4	4	3	1	3	1	4	2	5	4	5	4	4	3	3	1	1	4	62
Erna	4	4	5	4	3	2	3	4	4	5	4	5	4	4	2	5	3	2	4	4	75
Uswatun Khasanah	5	2	5	1	4	4	5	4	2	4	3	4	3	5	1	2	1	1	1	4	61
Khofifah H. Lamahala	5	5	5	1	5	4	5	5	4	1	3	4	5	5	4	5	1	2	1	2	72
Maulydina Ardianti	5	2	2	1	3	4	4	4	3	3	4	5	3	5	2	4	1	5	1	3	64
Gustian Hafizh Hadid	5	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	63
Bunga Hapsari/Ratna	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	67

Distribusi Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post Test* Kelompok Eksperimen Dengan Kelompok Kontrol

No.	Subjek	Jenis Kelamin	T-score Pre-test	Kategori	T-score Post-test	Kategori	Kelompok
1	NW	P	47.91	Sedang	55.88	Sedang	Eksperimen
2	KD	P	50.14	Sedang	45.98	Sedang	Eksperimen
3	IR	P	53.47	Sedang	41.03	Sedang	Eksperimen
4	NMA	P	73.47	Tinggi	74.43	Tinggi	Eksperimen
5	FA	P	71.25	Tinggi	68.25	Tinggi	Eksperimen
6	A	P	34.58	Sedang	47.22	Sedang	Eksperimen
7	SRK	P	55.69	Sedang	43.51	Sedang	Eksperimen
8	SS	P	52.36	Sedang	39.79	Sedang	Eksperimen
9	MRB	P	46.80	Sedang	44.74	Sedang	Eksperimen
10	T	P	45.69	Sedang	45.98	Sedang	Eksperimen
11	ZZ	L	66.81	Tinggi	60.82	Sedang	Eksperimen
12	UAK	L	43.47	Sedang	37.32	Sedang	Eksperimen
13	A	L	60.14	Sedang	63.30	Sedang	Eksperimen
14	AHS	L	41.24	Sedang	43.51	Sedang	Eksperimen
15	U	L	53.47	Sedang	48.45	Sedang	Eksperimen
16	AN	L	42.36	Sedang	47.22	Sedang	Eksperimen
17	F	L	53.47	Sedang	50.93	Sedang	Eksperimen
18	ROW	L	40.13	Sedang	54.64	Sedang	Eksperimen
19	RSA	L	47.91	Sedang	39.79	Sedang	Eksperimen
20	FK	L	47.91	Sedang	47.22	Sedang	Eksperimen
No.	**Subjek**	**Jenis Kelamin**	**T-score Pre-test**	**Kategori**	**T-score Post-test**	**Kategori**	**Kelompok**
1	N	P	55.88	Sedang	37.00	Sedang	Kontrol
2	TR	P	44.74	Sedang	54.53	Sedang	Kontrol
3	FAF	P	45.98	Sedang	40.90	Sedang	Kontrol
4	RS	P	45.98	Sedang	54.53	Sedang	Kontrol
5	L	P	41.03	Sedang	43.82	Sedang	Kontrol
6	Z	P	74.43	Tinggi	34.08	Sedang	Kontrol
7	E	P	68.25	Tinggi	43.82	Sedang	Kontrol
8	UK	P	63.30	Sedang	46.74	Sedang	Kontrol
9	KHL	P	43.51	Sedang	44.79	Sedang	Kontrol
10	MA	P	39.79	Sedang	34.08	Sedang	Kontrol
11	ASM	P	60.82	Sedang	72.05	Tinggi	Kontrol
12	BH	p	48.45	Sedang	65.24	Sedang	Kontrol
13	ES	L	50.93	Sedang	51.61	Sedang	Kontrol
14	MDR	L	37.32	Sedang	49.66	Sedang	Kontrol
15	F	L	47.22	Sedang	62.32	Sedang	Kontrol
16	NS	L	43.51	Sedang	48.69	Sedang	Kontrol
17	BHS	L	47.22	Sedang	59.39	Sedang	Kontrol
18	GH	L	54.64	Sedang	51.61	Sedang	Kontrol
19	HM	L	39.79	Sedang	50.63	Sedang	Kontrol
20	R	L	47.22	Sedang	54.53	Sedang	Kontrol

Lampiran 11. Hasil Uji Analisa Data Kategorisasi Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kategori_Pre_Eks

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	,6	5,0	5,0
	Sedang	16	9,8	80,0	85,0
	Tinggi	3	1,8	15,0	100,0
	Total	20	12,2	100,0	
Missing	System	144	87,8		
Total		164	100,0		

Kategori_Post_Eks

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	14	8,5	70,0	70,0
	Tinggi	6	3,7	30,0	100,0
	Total	20	12,2	100,0	
Missing	System	144	87,8		
Total		164	100,0		

Kategori_Pre_Kon

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	1,8	15,0	15,0
	Sedang	16	9,8	80,0	95,0
	Tinggi	1	,6	5,0	100,0
	Total	20	12,2	100,0	
Missing	System	144	87,8		
Total		164	100,0		

Kategori_Post_Kon

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	2	1,2	10,0	10,0
	Sedang	15	9,1	75,0	85,0
	Tinggi	3	1,8	15,0	100,0
	Total	20	12,2	100,0	
Missing	System	144	87,8		
Total		164	100,0		

Lampiran 12. Hasil Uji Analisa Data Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Wilcoxon Signed Ranks Test

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pre_E	20	60.15	9.178	45	80
Post_E	20	70.25	8.084	60	90

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_E - Pre_E	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	20[b]	10.50	210.00
	Ties	0[c]		
	Total	20		

a. Post_E < Pre_E

b. Post_E > Pre_E

c. Post_E = Pre_E

Test Statistics[a]

	Post_E - Pre_E
Z	-3.923[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Mann-Whitney Test

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest	Eksperimen	20	20.90	418.00
	Kontrol	20	20.10	402.00
	Total	40		

Test Statistics[a]

	Pretest
Mann-Whitney U	192.000
Wilcoxon W	402.000
Z	-.217
Asymp. Sig. (2-tailed)	.828
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.841[b]

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pre_K	20	58.35	8.518	45	75
Post_K	20	62.35	10.271	46	85

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_K - Pre_K	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	8[b]	4.50	36.00
	Ties	12[c]		
	Total	20		

a. Post_K < Pre_K

b. Post_K > Pre_K

c. Post_K = Pre_K

Test Statistics[a]

	Post_K - Pre_K
Z	-2.521[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Mann-Whitney Test

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Selisih	Eksperimen	20	26.40	528.00
	Kontrol	20	14.60	292.00
	Total	40		

Test Statistics[a]

	Selisih
Mann-Whitney U	82.000
Wilcoxon W	292.000
Z	-3.238
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.001[b]

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Lampiran 13. Dokumentasi *Try Out* Modul Metode Bermain Peran dengan Teknik *Outbound*


SMK PGRI 3

Lampiran 14. Dokumentasi Metode Bermain Peran dengan Teknik *Outbound*


UMAR
ALVIN


Psychogame
"Together we are best"


Study Kenal
Lingkungan


OUTBOND
Study Kenal
Lingkungan